SANSKRIT SERIES

XXXIV.

Śrī Citrodayamañjari

XXIII.



योगयाज्ञवल्क्यम् ।

YOGAYĀJÑAVALKYA

EDITED BY

K. SĀMBAŚIVA SĀSTRI,

*Curator of the Department for the Publication of
Oriental Manuscripts, Trivandrum.*

PUBLISHED UNDER THE AUTHORITY OF THE GOVERNMENT OF
HIS HIGHNESS THE MAHARAJA OF TRAVANCORE.

TRIVANDRUM: PRINTED BY THE SUPERINTENDENT, GOVERNMENT PRESS, 1938.

TRIVANDRUM SANSKRIT SERIES

No. CXXXIV.

Śrī Citrodayamañjarī

No. XXIII.

THE

YOGAYĀJÑAVALKYA

EDITED BY

K. SĀMBAŚIVA ŚĀSTRĪ,

Curator of the Department for the Publication of Oriental Manuscripts, Trivandrum.

PUBLISHED UNDER THE AUTHORITY OF THE GOVERNMENT OF HIS HIGHNESS THE MAHARAJA OF TRAVANCORE.



TRIVANDRUM:

PRINTED BY THE SUPERINTENDENT, GOVERNMENT PRESS,

1938.

॥ श्रीः ॥

श्रीमूलावनिपालमौलिमणिना सङ्कल्पितश्रीरिव
श्रीमूलात्मजनिस्तथा सहजया लक्ष्म्या च सम्भावितः ।
स्वातिज्योतिरिवादितः समुदितश्चित्रावतारः स्वयं
मार्ताण्डाग्रसरो विराजति महाराजः स रामाभिधः ॥

भास्वद्वर्णमणिः प्रवालमृदुला श्रुत्याद्यलङ्कारिणी
श्रीमद्वञ्चिवसुन्धरानवयशोराशिप्रकाशात्मिका ।
उत्फुल्लत्सुकृतिप्रसाधनधृतामोदोन्नदड्डिण्डिमा
श्रीचित्रोदयमञ्जरी सुमनसां सर्वस्वमुज्जृम्भताम् ॥

के. साम्बशिवशास्त्री.

PREFACE.

Yogayājñavalkya, the present treatise, dealing with ıe Yoga system of philosophy, comprises the teachings of 'ājñavalkya imparted to his wife Gārgi, a revered Brāhmin ıdy. It has been the source and authority for all the later ninent works on Yoga philosophy and is the whole- ɔme outcome of his personal realisation. The following ɜrses:

"भार्ययाप्येवमुक्तस्तु याज्ञवल्क्यस्तपोनिधिः ।
तां समालोक्य कृपया ज्ञानरूपमभाषत ॥

(पृ० ५. श्लो० ४२.)

"इत्युक्तो भार्यया तत्र सम्यक् तद्गतमानसः ।
गार्गी तां सुसमालोक्य तत्सर्वं समभाषत ॥"

(पृ० ११. श्लो० ५.)

nd the forms of nominative address like:

'प्रिये !' (पृ० १२. श्लो० ७.)
'द्विजोत्तमे !' (पृ० १२. श्लो० १०.)
'विप्रेन्द्रे !' (पृ० १४. श्लो० ३८.)

'equently used bear ample testimony to the truth of the bove statement. To a student of the work, it is easily evi- ent at every step that Yājñavalkya, the son of Brahma, in- ɜructs the simple-minded Gārgi, in the most lucid style, in ıe practice of Yama, Niyama, Āsana, Prāṇāyāma, Pratyā- āra, Dhāraṇa, Dhyāna and Samādhi, as revealed by ·rahma. The words of address like:

'ब्रह्मविदां वरे !' (पृ० १. श्लो० १०.)
'सर्वज्ञे ! सर्वशास्त्रविशारदे' (पृ० २. श्लो० १४.)
'पण्डिते !' (पृ० ३८. श्लो० १६.)

ɜar out the high standard of instruction imparted to women ı times of yore. Again when Gārgi, as an attentive disciple rays as follows:

"तदेतद्विस्मृतं सर्वं सर्वज्ञ ! तव सन्निधौ ।
योगं ममोपदिश्यात्र साङ्गं संक्षेपरूपकम् ॥
त्रातुमर्हसि सर्वज्ञ ! जन्मसंसारसागरात् ।"

(पृ० ४०. श्लो० १९, २०.)

'ājñavalkya, full of sympathy and consideration for the ır sex, explains the most difficult subject as many times as necessary and consoles her thus:

उत्तिष्ठोत्तिष्ठ किं शेषे भूमौ गार्गि! वरानने! ।
वक्ष्यामि ते समासेन योगं सम्प्रति तच्छृणु ॥"

(पृ० ४०. श्लो० २१.)

The title of the work. From the colophon :

'इति योगयाज्ञवल्क्ये द्वादशोऽध्यायः ॥'

the title of the work is known to be Yogayājñavalkya. The colophons at the close of chapters 6—12 also indicate the same, while those at the close of chapters 1—5 read:

"इति याज्ञवल्क्यगीतासूपनिषत्सु प्रथमोऽध्यायः ।"

It is therefore presumable that the work is also styled "Yājñavalkya Gītā". In view of the occurrence of the former colophon in most of the chapters, the title Yogayājñavalkya is herein preferred.

Author. It is well known that the author of this precious work is the great sage Yājñavalkya of immemorable past, the consort of Gārgi and the President of the Assembly of Ṛṣis — the celebrated authorities on the various branches of Śāstras. The lines noted below lend support to this view:

"इत्येवमुक्त्वा भगवान् याज्ञवल्क्यस्तपोनिधिः ।
ऋषीनालोक्य नेत्राभ्यां वाक्यमेतदभाषत ॥

सन्ध्यामुपास्य विधिवत् पश्चिमां सुसमाहिताः ।
गच्छन्तु साम्प्रतं सर्वे ऋषयः स्वाश्रमं प्रति ॥

इत्येवमुक्ता मुनिना मुनयः संशितव्रताः ।
विश्वामित्रो वसिष्ठश्च गौतमश्चाङ्गिरास्तथा ॥
अगस्त्यो नारदश्चैव वाल्मीकिर्बादरायणः ।
पैङ्गिर्दीर्घतपा व्यासः शौनकश्च तपोधनः ॥

भार्गवश्चैव + + + भरद्वाजस्तपोधनः ।
तपस्विनस्तथा चान्ये वेदवेदाङ्गवेदिनः ॥

याज्ञवल्क्यं समभ्यर्च्य गीर्भिः पुण्याभिरुत्तमाः ॥

(पृ० ३९. श्लो० १०—१५.)

From the chapter on Saguṇadhyānanirūpaṇa and many other portions, we learn that the ancient Ṛṣi, unsurpassed in greatness, was a devotee of Viṣṇu. Eg.

"वासुदेवं जगन्नाथं नारायणमजं हरिम् ।
चतुर्भुजमुदाराङ्गं शङ्खचक्रगदाधरम् ॥

किरीटकेयूरधरं पद्मपत्रनिभेक्षणम् ।
श्रीवत्सवक्षसं विष्णुं पूर्णचन्द्रनिभाननम् ॥

पद्मोदरदलाभोष्ठं सुप्रसन्नं शुचिस्मितम् ।
शुद्धस्फटिकसङ्काशं पीतवाससमच्युतम् ॥

पद्मच्छविपदद्वन्द्वं परमात्मानमीश्वरम् ।
प्रभाभिर्भासयद्रूपं परितः पुरुषोत्तमम् ॥

(पृ० ३३. श्लो० १३—१७.)

"येन प्रपञ्चं परिपूर्णमेतद्
येनैव विश्वं प्रतिभाति सर्वम् ।
तं वासुदेवं श्रुतिमूर्ध्नि जातं
पश्यन् समासे हृदि मूर्ध्नि चाहम् ॥
यदेकमव्यक्तमनन्तमच्युतं
प्रपञ्चजन्मादिकृदप्रमेयम् ।"

(पृ० ४६. श्लो० ३९, ४०.)

The following lines which echo the ideas found in Śruti, Gītā etc., are worthy of attention :

"यं यं सम्यक् स्मरन् भावं त्यजत्यन्ते कलेबरम् ।
तं तमेव भजेद् भावमिति योगविदो विदुः ॥"

(पृ० ३८. श्लो० १९.)

"यं यं वापि स्मरन् भावं त्यजत्यन्ते कलेबरम् ।
तं तमेवैति कौन्तेय ! सदा तद्भावभावितः ॥"

(गीता. अ० ८. श्लो० ६.)

"दृष्ट्वा तस्य शिखामध्ये परमात्मानमक्षरम् ।
नीलतोयदमध्यस्थविद्युल्लेखेव भास्वरम् ॥
नीवारशूकवद् रूपं पीताभं सर्वकारणम् ।"

(पृ० ३४. श्लो० २२, २३.)

"ऋतं सत्यं परं ब्रह्म पुरुषं कृष्णपिङ्गलम् ।"

(पृ० ३१. श्लो० १३)

"नीलतोयदमध्यस्था विद्युल्लेखेव भास्वरा ।
नीवारशूकवत्तन्वी पीता भास्वत्यणूपमा ॥
तस्याः शिखाया मध्ये परमात्मा व्यवस्थितः ।
ऋतं सत्यं परं ब्रह्म पुरुषं कृष्णपिङ्गलम् ॥"

(श्रुतिः)

"आत्मानं सर्वजगतः पुरुषं हेमरूपिणम् ।
हिरण्यश्मश्रुकेशं हिरण्मयनखं हरिः ॥
कप्यासन ... ... ॥"

(पृ० ३४. श्लो० २५,२६.)

"अथ एषोऽन्तरादित्ये हिरण्मयः पुरुषो दृश्यते हिरण्यश्मश्रुः हिरण्यकेशः आप्रणखात् सर्व एव सुवर्णः यथा कप्यासं पुण्डरीकम् ।"

(श्रुतिः)

"अहिंसा सत्यमस्तेयं ब्रह्मचर्यं दयार्जवम् ।
क्षमा धृतिर्मिताहारः शौचं त्वेते यमा दश ॥"

(पृ० ५. श्लो० ४९.)

"अहिंसासत्यास्तेयब्रह्मचर्यापरिग्रहाः यमाः ।"

(पातञ्ज० पृ० १०२. पा० २. सू० ३०)

The principles of physiology which form the source of many later works on the subject are also dealt with in it as is evident from,

"ज्वालाभिर्ज्वलनस्तत्र प्राणेन प्रेरितस्ततः ।
जलमत्युष्णमकरोत् कोष्ठमध्ये गतस्तथा ॥
अन्नव्यञ्जनसंयुक्तं जलोपरि समर्पितम् ।
ततः स पक्वमकरोद् वह्निः सन्तप्तवारिणा ॥
स्वेदमूत्रे जलं स्यातां वीर्यरूपं रसो भवेत् ।
पुरीषमन्नं स्याद् गार्गि ! प्राणः कुर्यात् पृथक् पृथक् ॥"

(पृ० १६. श्लो० ६१ — ६३.)

The manuscript, which forms the basis of this publication, belongs to Brahmaśrī Nārāyaṇan Parameśvaran Mūssatu of Cīraṭṭamaṇ Illam and is about 500 years old. Expressing our deep indebtedness to the generous owner of the manuscript, we place this work before the enlightened pnblic.

Trivandrum,
31-11-1112.

K. SĀMBAŚIVA ŚĀSTRĪ.

॥ श्रीः ॥

निवेदना ।

इदं योगयाज्ञवल्क्यं याज्ञवल्क्येन स्वभार्यायै गार्ग्यां उपदेशपरः कोऽपि योगग्रन्थः प्रहततरबहुप्रमाणमूलभूतः स्वानुभूतिसाक्षी ।

"भार्ययाप्येवमुक्तस्तु याज्ञवल्क्यस्तपोनिधिः ।
तां समालोक्य कृपया ज्ञानरूपमभाषत ॥"

(पृ० ५. श्लो० ४२.)

"इत्युक्तो भार्यया तत्र सम्यक् तद्गतमानसः ।
गार्गीं तां सुसमालोक्य तत्सर्वं समभाषत ॥"

(पृ० ११. श्लो० ५.)

इति, 'प्रिये!' (पृ० १२. श्लो० ७.) 'द्विजोत्तमे!' (पृ० १२. श्लो० १०.) 'विप्रेन्द्रे!' (पृ० १४. श्लो० ३८.) इत्यादिभिश्च प्रियायै कस्यैचिदुत्तमब्राह्मण्यै कथनं स्पष्टम् । ब्रह्मपुत्रेण याज्ञवल्क्येन ब्रह्मोपदेशमनु यमनियमासनप्राणायामप्रत्याहारधारणाध्यानसमाधीनां प्रायोगिकीं सरणिमुपदर्श्य लघ्व्या प्रक्रियया ललितमतये गार्ग्यै समुचितमाख्यानं क्रियत इति पदेपदे परिशीलयतामपरोक्षम् । 'ब्रह्मविदां वरे!' (पृ० २. श्लो० १०.) 'सर्वज्ञे! सर्वशास्त्रविशारदे!' (पृ० २. श्लो० १४.) 'पण्डिते!' (पृ० ३८. श्लो० १६.) इत्यादिसम्बोधनैः सम्यगिदं प्रतीयते, स्त्रीणां पुराकालेषु समन्ततो विद्याभ्यासः परिनिष्ठा च महती प्रबलावभूतामिति । विशिष्य शिष्यभूयं प्रतिपद्य पृच्छन्त्या गार्ग्याः

"तदेतद्विस्मृतं सर्वं सर्वज्ञ! तव सन्निधौ ।
योगं ममोपदिश्यात्र साङ्गं संक्षेपरूपकम् ॥
त्रातुमर्हसि सर्वज्ञ! जन्मसंसारसागरात् ।"

(पृ० ४०. श्लो० १९, २०.)

इति प्रार्थनया याज्ञवल्क्यस्य —

"उत्तिष्ठोत्तिष्ठ किं शेषे भूमौ गार्गि! वरानने! ।
वक्ष्यामि ते समासेन योगं सम्प्रति तच्छृणु ॥"

(पृ० ४०. श्लो० २१.)

इति सान्त्वनेन च दुर्ग्रहेऽपि विषये स्त्रीणामाभिमुख्यक्लेशसहने गुरोः पुनः पुनरुपदेशश्रद्धा च प्रकटमुक्तानि ।

अस्याः कृतेर्योगयाज्ञवल्क्यमिति नामधेयम् 'इति योगयाज्ञवल्क्ये द्वादशोऽध्यायः' इति ग्रन्थान्तिमवाक्यादवसीयते । अस्यां द्वादशाध्याय्याम् आषष्ठादाद्वादशमिदमेवान्तिमवाक्यं यद्यपि, प्रथमादारभ्यापञ्चममन्यैव पद्धतिरन्तिमवाक्यगुम्फने दृष्टा, या — 'इति याज्ञवल्क्यगीतासूपनिषत्सु प्रथमोऽध्यायः' इत्यादिः । अतः शक्यमिदमनुमातुं याज्ञवल्क्यगीतेत्यभिधान्तरमप्यस्याः । किन्तु भूयोंशव्यापितयास्माभिः पूर्वोक्तमेवाभ्युपेतम् ।

ग्रन्थनामधेयम् ।

अस्या गीताया द्रष्टा च महानुभावो गार्गीपतिर्महर्षिर्याज्ञवल्क्यः प्रामाणिकबहुमहर्षिसभाध्यक्षः प्राचीनप्रकाण्डमिति सुविदितम् । तदत्राप्येवं समुट्टङ्क्यते —

कर्ता ।

"इत्येवमुक्त्वा भगवान् याज्ञवल्क्यस्तपोनिधिः ।
ऋषीनालोक्य नेत्राभ्यां वाक्यमेतदभाषत ॥
सन्ध्यामुपास्य विधिवत् पश्चिमां सुसमाहिताः ।
गच्छन्तु साम्प्रतं सर्वे ऋषयः स्वाश्रमं प्रति ॥
इत्येवमुक्ता मुनिना मुनयः संशितव्रताः ।
विश्वामित्रो वसिष्ठश्च गौतमश्चाङ्गिरास्तथा ॥
अगस्त्यो नारदश्चैव वाल्मीकिर्बादरायणः ।
पैङ्गिर्दीर्घतपा व्यासः शौनकश्च तपोधनः ॥
भार्गवश्चैव + + + भरद्वाजस्तपोधनः ।
तपस्विनस्तथा चान्ये वेदवेदाङ्गवेदिनः ॥
याज्ञवल्क्यं समभ्यर्च्य गीर्भिः पुण्याभिरुत्तमाः ।"

(पृ० ३९. श्लो० १०—१५.)

इति ।

अस्य च तत्तादृशमहिम्नः प्राचीनतमस्य याज्ञवल्क्यस्य विष्णुरेव परमोपास्या देवतेति सगुणध्याननिरूपणप्रकरणादन्यतोऽन्यतश्च प्रतीयते —

"वासुदेवं जगन्नाथं नारायणमजं हरिम् ।
चतुर्भुजमुदाराङ्गं शङ्खचक्रगदाधरम् ॥
किरीटकेयूरधरं पद्मपत्रनिभेक्षणम् ।
श्रीवत्सवक्षसं विष्णुं पूर्णचन्द्रनिभाननम् ॥

पद्मोदरदलाभोष्ठं सुप्रसन्नं शुचिस्मितम् ।
शुद्धस्फटिकसङ्काशं पीतवाससमच्युतम् ॥
पद्मच्छविपदद्वन्द्वं परमात्मानमीश्वरम् ।
प्रभाभिर्भासयद् रूपं परितः पुरुषोत्तमम् ॥"

(पृ० ३३. श्लो० १३—१७.)

"येन प्रपञ्चं परिपूर्णमेतद् येनैव विश्वं प्रतिभाति सर्वम् ।
तं वासुदेवं श्रुतिमूर्ध्नि जातं पश्यन् समास्ते हृदि मूर्ध्नि चाहम् ॥
यदेकमव्यक्तमनन्तमच्युतं प्रपञ्चजन्मादिकृदप्रमेयम् ।"

(पृ० ४६. श्लो० ३९, ४०.)

श्रुति-गीतादिषु स्थितानामर्थानाम् अनुकारिण इमे भागा विशिष्य श्रद्धामर्हन्ति —

"यं यं सम्यक् स्मरन् भावं त्यजत्यन्ते कलेबरम् ।
तं तमेव भजेद् भावमिति योगविदो विदुः ॥"

(पृ० ३८. श्लो० १९.)

"यं यं वापि स्मरन् भावं त्यजत्यन्ते कलेबरम् ।
तं तमेवैति कौन्तेय ! सदा तद्भावभावितः ॥"

(गीता. अ० ८. श्लो० ६.)

"दृष्ट्वा तस्य शिखामध्ये परमात्मानमक्षरम् ।
नीलतोयदमध्यस्थविद्युल्लेखेव भास्वरम् ॥
नीवारशूकवद् रूपं पीताभं सर्वकारणम् ।"

(पृ० ३४. श्लो० २२, २३.)

"ऋतं सत्यं परं ब्रह्म पुरुषं कृष्णपिङ्गलम् ।"

(पृ० ३१. श्लो० १३.)

"नीलतोयदमध्यस्था विद्युल्लेखेव भास्वरा ।
नीवारशूकवत् तन्वी पीता भास्वत्यणूपमा ॥
तस्याः शिखाया मध्ये परमात्मा व्यवस्थितः ।
ऋतं सत्यं परं ब्रह्म पुरुषं कृष्णपिङ्गलम् ॥"

(श्रुतिः)

"आत्मानं सर्वजगतः पुरुषं हेमरूपिणम् ।
हिरण्यश्मश्रुकेशं हिरण्मयनखं हरिम् ॥
कप्यासन .... ।"

(पृ० ३४. श्लो० २५, २६.)

"अथ एषोऽन्तरादित्ये हिरण्मयः पुरुषो दृश्यते हिरण्यश्मश्रुः हिरण्यकेशः आ प्रणखात् सर्व एव सुवर्णः यथा कप्यासं पुण्डरीकम् ।"

(श्रुतिः)

"अहिंसा सत्यमस्तेयं ब्रह्मचर्यं दयार्जवम् ।
क्षमा धृतिर्मिताहारः शौचं त्वेते यमा दश ॥"

(पृ० ५. श्लो० ४९.)

"अहिंसासत्यास्तेयब्रह्मचर्यापरिग्रहाः यमाः ।"

(पातञ्ज० पृ० १०२. पा० २. सू० ३०.)

शारीरकमपि तत्त्वमत्र यथावन्निरूप्यते यद् वैद्यकविदामादर्शः—

"ज्वालाभिर्ज्वलनस्तत्र प्राणेन प्रेरितस्ततः ।
जलमत्युष्णमकरोत् कोष्ठमध्ये गतस्तथा ॥
अन्नव्यञ्जनसंयुक्तं जलोपरि समर्पितम् ।
ततः स पक्वमकरोद् वह्निः सन्तप्तवारिणा ॥
स्वेदमूत्रे जलं स्यातां वीर्यरूपं रसो भवेत् ।
पुरीषमन्नं स्याद् गार्गि! प्राणः कुर्यात् पृथक् पृथक् ॥"

(पृ० १६. श्लो० ४१ — ४३.)

इति ।

एतादृशमहिम्नोऽस्य ग्रन्थस्य प्रसाधनायाधारभूत आदर्शः प्रायः पञ्चशतवत्सरीपर्युषितः ब्रह्मश्री चीरट्टमण् इल्लं नारायणन् परमेश्वरन्मूस्-महाशयेन समर्पित इति तेषु महतीं कृतज्ञतामनुस्मरन् सद्योऽमुं महाजनसमक्षमवतारयामि धन्यः ॥

अनन्तशयनम्
११-११-११२.

के. साम्बशिवशास्त्री ।

विषयानुक्रमणिका ।

॥ श्रीः ॥

योगयाज्ञवल्क्यम् ।

प्रथमोऽध्यायः ।

याज्ञवल्क्यमृषिश्रेष्ठं सर्वज्ञं ज्ञाननिर्मलम् ।
सर्वशास्त्रार्थतत्त्वज्ञं सदा ध्यानपरायणम् ॥ १ ॥
वेदवेदाङ्गतत्त्वज्ञं योगेषु परिनिष्ठितम् ।
जितेन्द्रियं जितक्रोधं जिताहारं जितश्रमम् ॥ २ ॥
तपस्विनं जितामित्रं ब्रह्मण्यं ब्राह्मणप्रियम् ।
तपोवनगतं सौम्यं सन्ध्योपासनतत्परम् ॥ ३ ॥
ब्रह्मविद्भिर्महाभागैर्ब्राह्मणैश्च समावृतम् ।
सर्वभूतसमं शान्तं सत्यसन्धं गतक्लमम् ॥ ४ ॥
गुणज्ञं सर्वभूतेषु परार्थैकप्रयोजनम् ।
ब्रुवन्तं परमात्मानमृषीणामुग्रतेजसाम् ॥ ५ ॥
तमेवंगुणसम्पन्नं नारीणामुत्तमा वधूः ।
मैत्रेयी च महाभागा गार्गी च ब्रह्मविद्वरा ॥ ६ ॥
सभामध्यं गते सङ्घे ऋषीणामुग्रतेजसाम् ।
प्रणम्य दण्डवद् भूमौ गार्गी तद्वाक्यमब्रवीत् ॥ ७ ॥

गार्ग्युवाच —

भगवन्! सर्वशास्त्रज्ञ! सर्वभूतहिते रत! ।
योगतत्त्वं मम ब्रूहि साङ्गोपाङ्गं विधानतः ॥ ८ ॥

G. P. T. 845. 500. 22-7-1112.   B

एवं पृष्टः स भगवान् सभामध्ये स्त्रिया तया ।
ऋषिरालोक्य नेत्राभ्यां वाक्यमेतदुवाच ताम् ॥ ९ ॥
उत्तिष्ठोत्तिष्ठ भद्रं ते गार्गि! ब्रह्मविदां वेर! ।
वक्ष्यामि योगसर्वस्वं ब्रह्मणा कीर्त्तितं पुरा ॥ १० ॥
समाहितमना गार्गि! शृणु त्वं गदतो मम ।
इत्युक्त्वा ब्रह्मविच्छ्रेष्ठो याज्ञवल्क्यस्तपोनिधिः ॥ ११ ॥
नारायणं जगन्नाथं सर्वभूतहृदि स्थितम् ।
वासुदेवं जगद्योनिं योगिध्येयं निरञ्जनम् ॥ १२ ॥
आनन्दममृतं नित्यं परमात्मानमीश्वरम् ।
ध्यायन् हृदि हृषीकेशं मनसा सुसमाहितः ॥ १३ ॥
नेत्राभ्यां तां समालोक्य कृपया वाक्यमब्रवीत् ।
एह्येहि गार्गि! सर्वज्ञे! सर्वशास्त्रविशारदे ! ॥ १४ ॥
योगं वक्ष्यामि विधिवद् धात्रोक्तं परमेष्ठिना ।
मुनयः! श्रूयतामत्र गार्ग्या सह समाहिताः ॥ १५ ॥
पद्मासनं सुखासीनं चतुराननमव्ययम् ।
चराचराणां स्रष्टारं ब्रह्माणं परमेष्ठिनम् ॥ १६ ॥
कदाचित् तत्र गत्वाहं स्तुत्वा स्तोत्रैः प्रणम्य च ।
पृष्टवानिममेवार्थं यन्मां त्वं परिपृच्छसि ॥ १७ ॥
देवदेव! जगन्नाथ! चतुर्मुख! पितामह! ।
येनाहं यामि निर्वाणं कर्मणा मोक्षमक्षयम् ॥ १८ ॥
ज्ञानं च परमं गुह्यं यथावद् ब्रूहि मे प्रभो! ।
एवमुक्तो मया ब्रह्मा स्वयंभूर्लोकनायकः ॥ १९ ॥

मामालोक्य प्रसन्नात्मा ज्ञानकर्माण्यभाषत ।

ब्रह्मोवाच —

जातस्य द्विविधौ ज्ञेयौ पन्थानौ वेदचोदितौ ॥ २० ॥
अनुष्ठितौ तौ विद्वद्भिः प्रवर्तकनिवर्तकौ ।
वर्णाश्रमोक्तं यत् कर्म कामसङ्कल्पपूर्वकम् ॥ २१ ॥
प्रवर्तकं भवेदेतत् पुनरावृत्तिहेतुकम् ।
कर्तव्यमिति विध्युक्तं कर्म कामविवर्जितम् ॥ २२ ॥
येन यत् क्रियते सम्यग् ज्ञानयुक्तं निवर्तकम् ।
निवर्तकं हि पुरुषं निवर्त्तयति जन्मनः ॥ २३ ॥
प्रवर्त्तकं हि सर्वत्र पुनरावृत्तिहेतुकम् ।
वर्णाश्रमोक्तं कर्मैव विध्युक्तं कामवर्जितम् ॥ २४ ॥
विधिवत् कुर्वतस्तस्य मुक्तिर्गार्गि! करे स्थिता ।
वर्णाश्रमोक्तं कर्मैव विधिवत् कामपूर्वकम् ॥ २५ ॥
येन यत् क्रियते तस्य भववासः करे स्थितः ।
संसारभीरुभिस्तस्माद् विध्युक्तं कामवर्जितम् ॥ २६ ॥
विधिवत् कर्म कर्तव्यं + + + + + + + + ।
+ + + + + + + + + + + काम्येषु मानुषाः ॥ २७ ॥
ते देवानामृषीणां च पितॄणामृणिनस्तथा ।
ऋषिभ्यो ब्रह्मचर्येण पितृभ्यश्च सुतैस्तथा ॥ २८ ॥
कुर्याद् यज्ञेन देवेभ्यः स्वाश्रमं धर्ममाचरन् ।
चत्वारो ब्राह्मणस्योक्ता आश्रमाः श्रुतिचोदिताः ॥ २९ ॥
क्षत्रियस्य त्रयः प्रोक्ता द्वावेको वैश्यशूद्रयोः ।
अधीत्य वेदं वेदार्थं साङ्गोपाङ्गं विधानतः ॥ ३० ॥

स्नायाद् विध्युक्तमार्गेण ब्रह्मचर्यव्रतं चरन् ।
संस्कृतायां सवर्णायां पुत्रमुत्पादयेत् ततः ॥ ३१ ॥
यजेदग्नौ तु विधिवद् भार्यया सह वा विना ।
कान्तारे विजने देशे फलमूलोदकान्विते ॥ ३२ ॥
तपश्चरन् वसेन्नित्यं साग्निहोत्रः समाहितः ।
आत्मन्यग्नीन् समारोप्य संन्यसेद् विधिना ततः ॥ ३३ ॥
संन्यासाश्रमसंयुक्तो नित्यं कर्म समाचरन् ।
यावत् क्षेत्री भवेत् तावद् यजेदात्मानमात्मनि ॥ ३४ ॥
क्षत्रियश्च चरेदेवमा संन्यासाश्रमात् तदा ।
वानप्रस्थाश्रमादेवं चरेद् वैश्यः समाहितः ॥ ३५ ॥
शूद्रः शुश्रूषया नित्यं गृहस्थाश्रममाचरेत् ।
शूद्रस्य ब्रह्मचर्यं च मुनिभिः कैश्चिदिष्यते ॥ ३६ ॥
चतुर्णामाश्रमस्थानामहन्यहनि नित्यशः ।
विध्युक्तं कर्म कर्तव्यं कामसङ्कल्पवर्जितम् ॥ ३७ ॥
तस्मात् त्वमपि विप्रेन्द्र! स्वाश्रमं धर्ममाचरेः ।
श्रद्धया विधिवत् सम्यग् ज्ञानकर्म समाचर ॥ ३८ ॥
इति मे कर्मसर्वस्वं योगरूपं च तत्त्वतः ।
उपदिश्य ततो ब्रह्मा योगनिष्ठोऽभवत् स्वयम् ॥ ३९ ॥
श्रुत्वैतद् याज्ञवल्क्योक्तं वाक्यं गार्गी मुदान्विता ।
पुनः प्राह मुनिश्रेष्ठमृषिमध्ये वरानना ॥ ४० ॥

गार्ग्युवाच—

ज्ञानेन सह योगीन्द्र! विध्युक्तं कर्म कुर्वतः ।
त्वयोक्तं मुक्तिरस्तीति तस्माद् ज्ञानं वद प्रभो! ॥ ४१ ॥

भार्ययाप्येवमुक्तस्तु याज्ञवल्क्यस्तपोनिधिः ।
तां समालोक्य कृपया ज्ञानरूपमभाषत ॥ ४२ ॥

भगवानुवाच —

ज्ञानं योगात्मकं विद्धि योगश्चाष्टाङ्गसंयुतः ।
संयोगो योग इत्युक्तो जीवात्मपरमात्मनोः ॥ ४३ ॥

वक्ष्याम्यङ्गानि ते सम्यग् यथा पूर्वं मया श्रुतम् ।
समाहितमना गार्गि! ऋषिभिः सह संशृणु ॥ ४४ ॥

यमश्च नियमश्चैव आसनं च तथैव च ।
प्राणायामास्तथा गार्गि! प्रत्याहारश्च धारणा ॥ ४५ ॥

ध्यानं समाधिरेतानि योगाङ्गानि वरानने! ।
यमश्च नियमश्चैव दशधानुप्रकीर्त्तितौ ॥ ४६ ॥

आसनान्युत्तमान्यष्टौ त्रयस्तेषूत्तमोत्तमाः ।
प्राणायामास्त्रिधा प्रोक्ताः प्रत्याहारस्तु पञ्चधा ॥ ४७ ॥

धारणा पञ्चधा प्रोक्ता ध्यानं षोढा प्रकीर्त्तितम् ।
त्रयस्तेषूत्तमाः प्रोक्ताः समाधिस्त्वेकरूपतः ॥ ४८ ॥

बहुधा केचिदिच्छन्ति विस्तरेण पृथक्शृणु ।
अहिंसा सत्यमस्तेयं ब्रह्मचर्यं दयार्जवम् ॥ ४९ ॥

क्षमा धृतिर्मिताहारः शौचं त्वेते यमा दश ।
कर्मणा मनसा वाचा सर्वभूतेषु सर्वदा ॥ ५० ॥

अक्लेशजननं प्रोक्तमहिंसात्वेन योगिभिः ।
विध्युक्तं चेदहिंसा स्यात् क्लेशजन्मैव जन्तुषु ॥ ५१ ॥

सत्यं भूतहितं प्रोक्तं नियतार्थाभिभाषणम् ।
कर्मणा मनसा वाचा परद्रव्येषु निःस्पृहा ॥ ५२ ॥

अस्तेयमिति सा प्रोक्ता ऋषिभिस्तत्त्वदर्शिभिः ।
कर्मणा मनसा वाचा सर्वावस्थासु सर्वदा ॥ ५३ ॥
सर्वत्र मैथुनत्यागं ब्रह्मचर्यं प्रचक्षते ।
ब्रह्मचर्याश्रमस्थानां यतीनां नैष्ठिकस्य च ॥ ५४ ॥
ब्रह्मचर्यं तु सैवोक्ता तथैवारण्यवासिनाम् ।
ऋतावृतौ स्वदारेषु गमनं च विधानतः ॥ ५५ ॥
ब्रह्मचर्यं तु सैवोक्ता गृहस्थाश्रमवासिनाम् ।
राज्ञश्चैव गृहस्थस्य ब्रह्मचर्यं प्रकीर्त्तितम ॥ ५६ ॥
विशां वृत्तवतां चैव केचिदिच्छन्ति पण्डिताः ।
शुश्रूषैव तु शूद्रस्य ब्रह्मचर्यं प्रकीर्त्तितम् ॥ ५७ ॥
शुश्रूषा वा गुरोर्नित्यं ब्रह्मचर्यमुदाहृतम् ।
गुरवः पञ्च सर्वेषां चतुर्णां श्रुतिचोदिताः ॥ ५८ ॥
माता पिता तथाचार्यो मातुलः श्वशुरस्तथा ।
एषु मुख्यास्त्रयः प्रोक्ता आचार्यः पितरौ तथा ॥
एषु मुख्यतमस्त्वेक आचार्यः परमार्थवित् ।
तमेवं ब्रह्मविच्छ्रेष्ठं नित्यकर्मपरायणम् ॥ ६० ॥
शुश्रूषयार्चयेन्नित्यं तुष्टोऽभूद्येन वा गुरुः ।
दया च सर्वभूतेषु सर्वत्रानुग्रहः स्मृतः ॥ ६१ ॥
विहितेषु तदन्येषु मनोवाक्कायकर्मणाम् ।
प्रवृत्तौ वा निवृत्तौ वा एकरूपत्वमार्जवम् ॥ ६२ ॥
प्रियाप्रियेषु सर्वेषु समत्वं यच्छरीरिणाम् ।
क्षमा सैवेति विद्वद्भिर्गदिता वेदवादिभिः ॥ ६३ ॥

अर्थहानौ च बन्धूनां वियोगेष्वपि सम्पदाम् ।
तयोः प्राप्तौ च सर्वत्र चित्तस्य स्थापनं धृतिः ॥
अष्टौ ग्रासा मुनेर्भक्ष्यं षोडशारण्यवासिनाम् ।
द्वात्रिंशच्च गृहस्थानां यथेष्टं ब्रह्मचारिणाम् ॥ ६५ ॥
एषामयं मिताहारस्त्वन्येषामल्पभोजनम् ।
शौचं तु द्विविधं प्रोक्तं बाह्यमाभ्यन्तरं तथा ॥ ६६ ॥
मृज्जलाभ्यां स्मृतं बाह्यं मनश्शुद्धिरथापरम् ।
मनःशुद्धिश्च विज्ञेया धर्मेणाध्यात्मविद्यया ॥ ६७ ॥
आत्मविद्या च धर्मश्च पित्राचार्येण वानघे ! ।
तस्मात् सर्वेषु कालेषु सर्वैर्निःश्रेयसार्थिभिः ॥ ६८ ॥
गुरवः श्रुतसम्पन्ना मान्या वाङ्मनसादिभिः ॥ ६८$\frac{1}{2}$ ॥

इति याज्ञवल्क्यगीतासूपनिषत्सु
प्रथमोऽध्यायः ॥

अथ द्वितीयोऽध्यायः ।

श्रीभगवानुवाच —

तपस्सन्तोषमास्तिक्यं दानमीश्वरपूजनम् ।
सिद्धान्तश्रवणं चैव ह्रीर्मतिश्च जपो व्रतम् ॥ १ ॥
एते तु नियमाः प्रोक्तास्तांश्च सर्वान् पृथक् शृणु ।
विधिनोक्तेन मार्गेण कृच्छ्रचान्द्रायणादिभिः ॥ २ ॥
शरीरशोषणं प्राहुस्तापसास्तप उत्तमम् ।
यदृच्छालाभतो नित्यमलं पुंसो भवेदिति ॥ ३ ॥
या धीस्तामृषयः प्राहुः सन्तोषं सुखलक्षणम् ।
धर्माधर्मेषु विश्वासो यस्तदास्तिक्यमुच्यते ॥४॥

न्यायार्जितं धनं चान्नमन्यद्वा यत् प्रदीयते ।
अर्थिभ्यः श्रद्धया युक्तं दानमेतदुदाहृतम् ॥ ५ ॥
यत् प्रपन्नः स्वभावेन विष्णुं वाप्यन्यमेव वा ।
यथाशक्त्यर्चनं भक्त्या एतदीश्वरपूजनम् ॥ ६ ॥
(सदावदातं हृदयं) वागदुष्टानृतादिना ।
हिंसादिरहितः काय एतदीश्वरपूजनम् ॥ ७ ॥
सिद्धान्तश्रवणं प्रोक्तं वेदार्थश्रवणं बुधैः ।
द्विजवत् क्षत्रियस्योक्तं सिद्धान्तश्रवणं बुधैः ॥ ८ ॥
विशां च केचिदिच्छन्ति शीलवृत्तवतां सताम् ।
शूद्राणां च स्त्रियाश्चैव स्वधर्मः स्वतपस्विनाम् ॥ ९ ॥
सिद्धान्तश्रवणं प्रोक्तं पुराणश्रवणं बुधैः ।
वेदलौकिकमार्गेषु कुत्सितं कर्म यद् भवेत् ॥ १० ॥
तस्मिन् भवति या लज्जा ह्रीस्तु सैवेति कीर्त्तिता ।
विहितेषु च सर्वेषु श्रद्धा या सा मतिर्भवेत् ॥ ११ ॥
गुरुणा चोपदिष्टोऽपि वेदबाह्यविवर्जितः ।
विधिनोक्तेन मार्गेण मन्त्राभ्यासो जपः स्मृतः ॥ १२ ॥
अधीतवेदसूत्रे वा पुराणे सेतिहासके ।
यदेष्वध्ययनं तच्च तदभ्यासो जपः स्मृतः ॥ १३ ॥
जपश्च द्विविधः प्रोक्तो वाचिको मानसस्तथा ।
वाचिकोपांशुरुच्चैश्च द्विविधः परिकीर्त्तितः ॥ १४ ॥
मानसो मानसध्यानभेदाद् द्वैविध्यमास्थितः ।
उच्चैर्जपादुपांशुश्च सहस्रगुण उच्यते ॥ १५ ॥

मानसस्तु तथोपांशोः सहस्रगुण उच्यते ।
मानसाच्च तथा ध्यानं सहस्रगुणमुच्यते ॥ १६ ॥
उच्चैर्जपस्तु सर्वेषां यथोक्तफलदो भवेत् ।
नीचैः श्रुतो न चेत् सोऽपि श्रुतश्चेन्निष्फलो भवेत् ॥ १७ ॥
ऋषिं छन्दोऽधिदेवञ्च ध्यायन् मन्त्रं च सर्वदा ।
यत्तु मन्त्रजपं गार्गि! तदेव हि फलप्रदम् ॥ १८ ॥
प्रसन्नगुरुणा पूर्वमुपदिष्टं त्वनुज्ञया ।
धर्मार्थमात्मसिद्ध्यर्थमुपायग्रहणं व्रतम् ॥ १९ ॥

इति याज्ञवल्क्यगीतासूपनिषत्सु
द्वितीयोऽध्यायः ॥

अथ तृतीयोऽध्यायः ।

श्रीभगवानुवाच —

आसनान्युत्तमान्यष्टौ त्रयस्तेषूत्तमोत्तमाः ।
आसनान्यधुना वक्ष्ये शृणु गार्गि! तपोधने! ॥ १ ॥
स्वस्तिकं गोमुखं पद्मं वीरं सिंहासनं तथा ।
भद्रं मुक्तासनं चैव मयूरासनमेव च ॥ २ ॥
तथैतेषां वरारोहे! पृथग् वक्ष्यामि लक्षणम् ।
जानूर्वोरन्तरे सम्यक्कृत्वा पादतले उभे ॥ ३ ॥
ऋजुकायः सुखासीनः स्वस्तिकं तत् प्रचक्षते ।
सीवन्यास्त्वात्मनः पार्श्वे गुल्फौ निक्षिप्य पादयोः ॥ ४ ॥
सव्ये दक्षिणगुल्फं तु दक्षिणे दक्षिणेतरम् ।
एतच्च स्वस्तिकं प्रोक्तं सर्वपापप्रणाशनम् ॥ ५ ॥

सव्ये दक्षिणपृष्ठं तु पृष्ठपार्श्वे निवेशयेत् ।
दक्षिणेऽपि तथा सव्यं गोमुखं गोमुखोपमम् ॥ ६ ॥
अङ्गुष्ठौ च निबध्नीयाद्धस्ताभ्यां व्युत्क्रमेण तु ।
ऊर्वोरुपरि विप्रेन्द्रे! कृत्वा पादतले उभे ॥ ७ ॥
पद्मासनं भवेदेतत् सर्वेषामपि पूजितम् ।
एकं पादमथैकस्मिन् विन्यस्योरुणि संस्थितम् ॥ ८ ॥
इतरस्मिंस्तथा चोरुं वीरासनमुदाहृतम् ।
गुल्फौ च वृषणस्याधः सीवन्याः पार्श्वयोः क्षिपेत् ॥ ९॥
दक्षिणं सव्यगुल्फेन दक्षिणेन तथेतरम् ।
हस्तौ च जान्वोः संस्थाप्य स्वाङ्गुलीश्च प्रसार्य च ॥ १० ॥
व्यात्तवक्त्रो निरीक्षेत नासाग्रं सुसमाहितः ।
सिंहासनं भवेदेतत् पूजितं योगिभिः सदा ॥ ११ ॥
गुल्फौ च वृषणस्याधः सीवन्याः पार्श्वयोः क्षिपेत् ।
पार्श्वपादौ च पाणिभ्यां दृढं बद्ध्वा सुनिश्चलम् ॥ १२ ॥
भद्रासनं भवेदेतत् सर्वव्याधिविषापहम् ।
सम्पीड्य सीवनीं सूक्ष्मां गुल्फेनैव तु सव्यतः ॥ १३ ॥
सव्यं दक्षिणगुल्फेन मुक्तासनमुदीरितम् ॥
मेढ्रादुपरि निक्षिप्य सव्यं गुल्फं ततोपरि ॥ १४ ॥
गुल्फान्तरं च निक्षिप्य मुक्तासनमिदं तु वा ।
अवष्टभ्य धरां सम्यक् तलाभ्यां तु करद्वयोः ॥ १५ ॥
हस्तयोः कोर्परौ चापि स्थापयन् नाभिपार्श्वयोः ।
समुन्नतशिराः पादौ दण्डवद्योनिसंस्थितम् ॥ १६ ॥

मयूरासनमेतत्तु सर्वपापप्रणाशनम्।
सर्वे चाभ्यन्तरा रोगा विनश्यन्ति विषाणि च ॥ १७ ॥
यमैश्च नियमैश्चैव आसनैश्च सुसंयुता।
नाडीशुद्धिं च कृत्वा तु प्राणायामं ततः कुरु ॥ १८ ॥

इति याज्ञवल्क्यगीतासूपनिषत्सु
तृतीयोऽध्यायः ॥

अथ चतुर्थोऽध्यायः।

श्रुत्वैतद् भाषितं वाक्यं याज्ञवल्क्यस्य धीमतः।
पुनः प्राह महाभागा सभामध्ये तपस्विनी ॥ १ ॥

गार्ग्युवाच—

भगवन्! ब्रूहि मे स्वामिन्! नाडीशुद्धिं विधानतः।
केनोपायेन शुद्धाः स्युर्नाडयः सर्वदेहिनाम् ॥ २ ॥
उत्पत्तिं चापि नाडीनां चारणं च यथाविधि।
कन्दं च कीदृशं प्रोक्तं कति तिष्ठन्ति वायवः ॥ ३ ॥
स्थानानि चैव वायूनां कर्माणि च पृथक् पृथक्।
विज्ञातव्यानि यान्यस्मिन् देहे देहभृतां वर! ॥ ४ ॥
वक्तुमर्हसि तत्सर्वं त्वत्तो वेत्ता न विद्यते।
इत्युक्तो भार्यया तत्र सम्यक् तद्गतमानसः ॥ ५ ॥
गार्गीं तां सुसमालोक्य तत्सर्वं समभाषत।

भगवानुवाच—

शरीरं तावदेवं हि षण्णवत्यङ्गुलात्मकम् ॥ ६ ॥

विद्ध्येतत् सर्वजन्तूनां स्वाङ्गुलीभिरिति प्रिये! ।
शरीरादधिकः प्राणो द्वादशाङ्गुलमानतः ॥ ७ ॥

चतुर्दशाङ्गुलं केचिद् वदन्ति मुनिसत्तमाः ।
द्वादशाङ्गुल एवेति वदन्ति ज्ञानिनो नराः ॥ ८ ॥

आत्मस्थमनिलं विद्यादात्मस्थेनैव वह्निना ।
योगाभ्यासेन यः कुर्यात् समं वा न्यूनमेव वा ॥ ९ ॥

स एव ब्रह्मविच्छ्रेष्ठः सम्पूज्यश्च नरोत्तमः ।
आत्मस्थवह्निनैव त्वं योगजेन द्विजोत्तमे! ॥ १० ॥

आत्मस्थं मातरिश्वानं योगाभ्यासेन निर्जय ।
देह(मध्ये) शिखिस्थानं तप्तजाम्बूनदप्रभम् ॥ ११ ॥

त्रिकोणं मनुजानां तु चतुरश्रं चतुष्पदाम् ।
वर्त्तुलं तत् तिरश्चां तु सत्यमेतद् ब्रवीमि ते ॥ १२ ॥

तन्मध्ये तु शिखा तन्वी शिवा तिष्ठति पावकी ।
देहमध्यं च कुत्रेति श्रोतुमिच्छसि चेच्छृणु ॥ १३ ॥

गुदात्तु द्व्यङ्गुलादूर्ध्वमधो मेढ्राच्च द्व्यङ्गुलात् ।
देहमध्यं तयोर्मध्यं मनुष्याणामितीरितम् ॥ १४ ॥

चतुष्पदां तु हृन्मध्यं तिरश्चां तुन्दमध्यमम् ।
द्विजानां तु वरारोहे! तुन्दमध्यमितीरितम् ॥ १५ ॥

कन्दस्थानं मनुष्याणां देहमध्यान्नवाङ्गुलम् ।
चतुरङ्गुलमुत्सेधमायामं च तथाविधम् ॥ १६ ॥

अण्डाकृतिवदाकारं भूषितं तत् त्वगादिभिः ।
चतुष्पदां तिरश्चां च द्विजानां तुन्दमध्यमे ॥ १७ ॥

तन्मध्यं नाभिरित्युक्तं नाभौ (कन्द)समुद्भवः ।
द्वादशारयुतं तच्च तेन देहः प्रतिष्ठितः ॥ १८ ॥
चक्रेऽस्मिन् भ्रमते जीवः पुण्यपापप्रचोदितः ।
तन्तुपञ्जरमध्यस्थो यथा भ्रमति लूतिकः ॥ १९ ॥
जीवस्य मूले चक्रेऽस्मिन्नधः प्राणश्चरत्यसौ ।
प्राणारूढो भवेज्जीवः सर्वभूतेषु सर्वदा ॥ २० ॥
तस्योर्ध्वं कुण्डलीस्थानं नाभेस्तिर्यगथोर्ध्वतः ।
अष्टप्रकृतिरूपा सा अष्टधा कुण्डलीकृता ॥ २१ ॥
यथावद् वायुचारं च जलान्नादीनि नित्यशः ।
परितः कन्दपार्श्वेषु निरुध्यैव सदा स्थिता ॥ २२ ॥
मुखेनैव समावेष्ट्य ब्रह्मरन्ध्रमुखं तथा ।
योगकाले त्वपानेन प्रबोधं याति साग्निना ॥ २३ ॥
स्फुरन्ती हृदयाकाशे नागरूपा महोज्ज्वला ।
वायुर्वायुसखेनैव ततो याति सुषुम्नया ॥ २४ ॥
कन्दमध्ये स्थिता नाडी सुषुम्नेति प्रकीर्त्तिता ।
तिष्ठन्ति परितः सर्वाश्चक्रेऽस्मिन् नाडिसंज्ञकाः ॥ २५ ॥
नाडीनामपि सर्वासां मुख्या गार्गि! चतुर्दश ।
इडा च पिङ्गला चैव सुषुम्ना च सरस्वती ॥ २६ ॥
वारणा चैव पूषा च हस्तिजिह्वा यशस्विनी ।
विश्वोदरा कुहूश्चैव शङ्खिनी च तपस्विनी ॥ २७ ॥
अलम्बुषा च गान्धारी मुख्याश्चैताश्चतुर्दश ।
आसां मुख्यतमास्तिस्रस्तिसृष्वेकोत्तमा मता ॥ २८ ॥
मुक्तिमार्गेति सा प्रोक्ता सुषुम्ना विश्वधारिणी ।
कन्दस्य मध्यमे गार्गि! सुषुम्ना सुप्रतिष्ठिता ॥ २९ ॥

पृष्ठमध्ये स्थिता नाम्ना सह मूर्ध्नि स्थिता सदा ।
मुक्तिमार्गः सुषुम्ना सा ब्रह्मरन्ध्रेति कीर्त्तिता ॥ ३० ॥
अव्यक्ता सैव विज्ञेया सूक्ष्मा सा वैष्णवी स्मृता ।
इडा च पिङ्गला चैव तस्याः सव्ये च दक्षिणे ॥ ३१ ॥
इडा तस्याः स्थिता सव्ये दक्षिणे पिङ्गला स्थिता ।
इडायां पिङ्गलायां च चरतश्चन्द्रभास्करौ ॥ ३२ ॥
इडायां चन्द्रमा ज्ञेयः पिङ्गलायां रविः स्मृतः ।
चन्द्रस्तामस इत्युक्तः सूर्यो राजस उच्यते ॥ ३३ ॥
विषभागो रवेर्भागः सोमभागोऽमृतं स्मृतम् ।
तावेव धत्तः सकलं कालं रात्रिन्दिवात्मकम् ॥ ३४ ॥
भोक्त्री सुषुम्ना कालस्य गुह्यमेतदुदाहृतम् ।
सरस्वती कुहूश्चैव सुषुम्नापार्श्वयोः स्थिते ॥ ३५ ॥
गान्धारी हस्तिजिह्वा च इडायाः पृष्ठपूर्वयोः ।
कुहोश्च हस्तिजिह्वाया मध्ये विश्वोदरा स्थिता ॥ ३६ ॥
यशस्विन्याः कुहोर्मध्ये वारणा च प्रतिष्ठिता ।
पूषायाश्च सरस्वत्याः स्थिता मध्ये तपस्विनी ॥ ३७ ॥
गान्धारायाः सरस्वत्याः स्थिता मध्ये च शङ्खिनी ।
अलम्बुषा च विप्रेन्द्रे! कन्दमध्यादवस्थिता ॥ ३८ ॥
पूर्वभागे सुषुम्नायास्त्वामेढ्रान्तं कुहूः स्थिता ।
अधश्चोर्ध्वं च विज्ञेया वारणा सर्वगामिनी ॥ ३९ ॥
यशस्विनी च याम्यस्य पादाङ्गुष्ठान्तमिष्यते ।
पिङ्गला चोर्ध्वगा याम्ये नासान्तं विद्धि मे प्रिये! ॥ ४० ॥

याम्ये पूषा च नेत्रान्तं पिङ्गलायां तु पृष्ठतः ।
तपस्विनी तथा गार्गि ! याम्यकर्णा(न्तमिष्य)ते ॥ ४१ ॥
सरस्वती तथा चोर्ध्वमाजिह्वायाः प्रतिष्ठिता ।
आ सव्यकर्णाद् विप्रेन्द्रे ! शङ्खिनी चोर्ध्वगा मता ॥४२॥
गान्धारा सव्यनेत्रान्ता इडायाः पृष्ठतः स्थिता ।
इडा च सव्यनासान्तं सव्यभागे व्यवस्थिता ॥ ४३ ॥
हस्तिजिह्वा तथा सव्यपादाङ्गुष्ठान्तमिष्यते ।
विश्वोदरा तु या नाडी तुन्दमध्ये व्यवस्थिता ॥ ४४ ॥
अलम्बुषा महाभागे ! पायुमूलादधोगता ।
एतास्वन्याः समुत्पन्नाः सिरास्वन्याश्च तास्वपि ॥४५॥
यथा ह्याखुबिले तद्वदब्जपत्रेषु वा सिराः ।
नाडीष्वेतासु सर्वासु विज्ञातव्यास्तपोधने ! ॥ ४६ ॥
प्राणोऽपानः समानश्च उदानो व्यान एव च ।
नागः कूर्मोऽथ कृकरो देवदत्तो धनञ्जयः ॥ ४७ ॥
एते नाडीषु सर्वासु चरन्ति दश वायवः ।
एतेषु वायवः पञ्च मुख्याः प्राणादयः स्मृताः ॥ ४८ ॥
तेषु मुख्यतमावेतौ प्राणापानौ नरोत्तमे ! ।
प्राण एवैतयोर्मुख्यः स सर्वप्राणभृत् सदा ॥ ४९ ॥
आस्यनासिकयोर्मध्ये हृन्मध्ये नाभिमध्यमे ।
प्राणालय इति प्राहुः पादाङ्गुष्ठेऽपि केचन ॥ ५० ॥
अधश्चोर्ध्वं च कुण्डल्याः परीत्य प्राणसंज्ञकः ।
तिष्ठन्नेतेषु चक्रेषु प्रकाशयति दीपवत् ॥ ५१ ॥

व्यानः (श्रोत्रा)क्षिमध्ये च कृकट्यां गुल्फयोरपि ।
घ्राणे गले स्फिजोद्देशे तिष्ठत्यत्र न संशयः ॥ ५२ ॥

अपाननिलये केचिद् गुदमेढ्रोरुजानुषु ।
उदरे वंक्षणे कट्यां जघने तौ वदन्ति हि ॥ ५३ ॥

उदानः सर्वसन्धिस्थः पादयोर्हस्तयोरपि ।
समानः सर्वगात्रेषु सर्वं प्राप्य व्यवस्थितः ॥ ५४ ॥

भुक्तसर्वरसं गात्रे व्यापयन् वह्निना सह ।
द्विसप्ततिसहस्रेषु नाडीमार्गेषु सञ्चरन् ॥ ५५ ॥

समानवायुरेवैकः साग्निर्व्याप्य व्यवस्थितः ।
अग्निभिः सह सर्वत्र साङ्गोपाङ्गकलेबरे ॥ ५६ ॥

नागादिवायवः पञ्च त्वगस्थ्यादिषु संस्थिताः ।
तुन्दस्थं जलमन्नं च रसानि च समीकृतम् ॥ ५७ ॥

तुन्दमध्यगतः प्राणस्तानि कुर्यात् पृथक् पृथक् ।
पुनरग्नौ जलं स्थाप्यं त्वन्नादीनि जलोपरि ॥ ५८ ॥

स्वयं च पात्रं सम्प्राप्य तेनैव सह मारुतः ।
प्रवाति ज्वलनं तत्र देहमध्यगतं पुनः ॥ ५९ ॥

वायुना पातितो वह्निरपानेन शनैः शनैः ।
तदा ज्वलति विप्रेन्द्रे ! स्वकुले देहमध्यमे ॥ ६० ॥

ज्वालाभिर्ज्वलनस्तत्र प्राणेन प्रेरितस्ततः ।
जलमत्युष्णमकरोत् कोष्ठमध्ये गतस्तथा ॥ ६१ ॥

अन्नव्यञ्जनसंयुक्तं जलोपरि समर्पितम् ।
ततः स पक्वमकरोद् वह्निः सन्तप्तवारिणा ॥ ६२ ॥

स्वेदमूत्रे जलं स्यातां वीर्यरूपं रसो भवेत् ।
पुरीषमन्नं स्याद् गार्गि ! प्राणः कुर्यात् पृथक् पृथक् ॥ ६३ ॥
समानवायुना सार्धं रसं सर्वासु नाडिषु ।
व्यापयन् श्वासरूपेण देहे चरति मारुतः ॥ ६४ ॥
रोमरन्ध्रैश्च नवभिर्विण्मूत्रादिविसर्जनम् ।
कुर्वन्ति वायवः सर्वे शरीरेषु निरन्तरम् ॥ ६५ ॥
निःश्वासोच्छ्वासकासाश्च प्राणकर्मेति कीर्त्तिताः ।
अपानवायोः कर्मैतद् विण्मूत्रादिविसर्जनम् ॥ ६६ ॥
हानोपादानचेष्टादि व्यानकर्मेति चेष्यते ।
उदानकर्म तत् प्रोक्तं देहस्योन्नयनादि यत् ॥ ६७ ॥
पोषणादि समानस्य शरीरे कर्म कीर्त्तितम् ।
उद्गारादिगुणो यस्तु नागकर्मेति चोच्यते ॥ ६८ ॥
निमीलनादि कूर्मस्य क्षुतं वै कृकरस्य च ।
देवदत्तस्य विप्रेन्द्रे ! तन्द्री कर्मेति कीर्त्तितम् ॥ ६९ ॥
धनञ्जयस्य शोफादिसर्वकर्म प्रकीर्त्तितम् ।
ज्ञात्वैवं नाडिसंस्थानं वायूनां स्थानकर्मणी ॥ ७० ॥
विधिनोक्तेन मार्गेण नाडीसंशोधनं कुरु ॥ ७०½ ॥

इति याज्ञवल्क्यगीतासूपनिषत्सु
चतुर्थोऽध्यायः ॥

अथ पञ्चमोऽध्यायः ।

गार्गी—

भगवन् ! ब्रह्मविच्छ्रेष्ठ ! सर्वशास्त्रविशारद ! ।
केनोपायेन शुद्धाः स्युर्नाड्यो मे तं वद प्रभो ! ॥ १ ॥

इत्युक्तो ब्रह्मवेदिन्या ब्रह्मविद् ब्राह्मणस्तथा ।
तां समालोक्य कृपया नाडीशुद्धिमभाषत ॥ २ ॥
विध्युक्तकर्मसंयुक्तः कामसङ्कल्पवर्जितः ।
श्रुतविद्यो जितश्रान्तः सत्यधर्मपरायणः ॥ ३ ॥
गुरुशुश्रूषणरतः पितृमातृपरायणः ।
स्वाश्रमस्थः सदाचारो विद्वद्भिश्च सुशिक्षितः ॥ ४ ॥
तपोवनं सुसम्प्राप्य फलमूलोदकान्वितम् ।
तत्र रम्ये शुचौ देशे ब्रह्मघोषसमन्विते ॥ ५ ॥
स्वधर्मनिरतैः शान्तैर्ब्रह्मविद्भिः समावृते ।
वारिभिश्च सुसम्पूर्णे पुष्पैर्नानाविधैर्युते ॥ ६ ॥
फलमूलैश्च सम्पूर्णे सर्वकामफलप्रदे ।
देवालये वा नद्यां वा ग्रामे वा नगरेऽथवा ॥ ७ ॥
सुशोभनं मठं कृत्वा सर्वरक्षासमन्वितम् ।
त्रिकालस्नानसंयुक्तः स्वधर्मनिरतः सदा ॥ ८ ॥
वेदान्तश्रवणं कुर्वंस्तस्मिन् योगं समभ्यसेत् ।
केचिद् वदन्ति मुनयस्तपस्स्वाध्यायसंयुताः ॥ ९ ॥
स्वधर्मनिरताः शान्तास्तन्त्रेषु च सदारताः ।
निर्जने निलये रम्ये वातातपविवर्जिते ॥ १० ॥
विध्युक्तकर्मसंयुक्तः शुचिर्भूत्वा समाहितः ।
मन्त्रैर्न्यस्ततनुर्धीरः सितभस्मधरः सदा ॥ ११ ॥
मृद्वासनोपरि कुशान् संस्तीर्य ह्यथवाजिनम् ।
विनायकं सुसम्पूज्य फलमूलोदकादिभिः ॥ १२ ॥

इष्टदेवं गुरुं नत्वा तत आरभ्य चासनम् ।
प्राङ्मुखोदङ्मुखो भूत्वा जितासनगतः स्वयम् ॥ १३ ॥
समग्रीवशिरःकायः संवृतास्यः सुनिश्चलः ।
नासाग्रे शशभृत् ख.... ....द्युतुरीयकम् ॥ १४ ॥
स्रवन्तममृतं पश्येन्नेत्राभ्यां सुसमाहितः ।
इडया वायुमारोप्य पूरयित्वोदरस्थितम् ॥ १५ ॥
ततोऽग्निं देहमध्यस्थं ध्यायन् ज्वालावलीयुतम् ।
रेफं च बिन्दुसंयुक्तमग्निमण्डलसंस्थितम् ॥ १६ ॥
ध्यायन् विरेचयेत् पश्चान्मन्दं पिङ्गलया पुनः ।
पुनः पिङ्गलयापूर्य घ्राणं दक्षिणतः सुधीः ॥ १७ ॥
पुनर्विरेचयेद् धीमानिडया तु शनैः शनैः ।
त्रिचतुर्वत्सरं वाऽथ त्रिचतुर्मासमेव वा ॥ १८ ॥
षट्कृत्व आचरेन्नित्यं रहस्येवं त्रिसन्धिषु ।
नाडीशुद्धिमवाप्नोति पृथक् चिह्नोपलक्षितम् ॥ १९ ॥
शरीरलघुता दीप्तिर्वह्नेर्जठरवर्त्तिनः ।
नादाभिव्यक्तिरित्येते चिह्नं तत्सिद्धिसूचकम् ॥ २० ॥
यावदेतानि सम्पश्येत् तावदेव समाचरेत् ॥ २०$\frac{1}{2}$ ॥

इति याज्ञवल्क्यगीतासूपनिषत्सु
पञ्चमोऽध्यायः ॥

अथ षष्ठोऽध्यायः ।

प्राणायाममथेदानीं प्रवक्ष्यामि विधानतः ।
समाहितमनास्त्वं च शृणु गार्गि! वरानने ॥ १ ॥

प्राणापानसमायोगः प्राणायाम इतीरितः ।
प्राणायाम(इति ? स्त्रिधा) प्रोक्तो रेचपूरककुम्भकैः ॥ २ ॥
वर्णत्रयात्मका ह्येते रेचपूरककुम्भकाः ।
स एष प्रणवः प्रोक्तः प्राणायामश्च तन्मयः ॥ ३ ॥
इडया वायुमारोप्य पूरयित्वोदरस्थितम् ।
शनैः षोडशभिर्मात्रैरकारं तत्र संस्मरन् ॥ ४ ॥
धारयेत् पूरितं पश्चाच्चतुष्षष्ट्या तु मात्रया ।
मकारमूर्तिमत्रापि संस्मरन् प्रणवं जपेत् ॥ ५ ॥
यावद्वा शक्यते तावद्धारणं जपसंयुतम् ।
पूरितं रेचयेत् पश्चात् प्राणं बाह्यानिलान्वितम् ॥ ६ ॥
शनैः पिङ्गलया गार्गि! द्वात्रिंशन्मात्रया पुनः ।
प्राणायामो भवेदेष पुनश्चैव समभ्यसेत् ॥ ७ ॥
ततः पिङ्गलयापूर्य मात्रैः षोडशभिस्तथा ।
उकारमूर्त्तिमत्रापि संस्मरन् सुसमाहितः ॥ ८ ॥
पूरितं धारयेत् प्राणं प्रणवं विंशतिद्वयम् ।
जपेदत्र स्मरन् मूर्त्तिं मकाराख्यां महेश्वरीम् ॥ ९ ॥
यावद्वा शक्यते पश्चाद् रेचयेदिडयानिलम् ।
एवमेव पुनः कुर्यादिडयापूर्य पूर्ववत् ॥ १० ॥
नाड्या प्राणं समारोप्य पूरयित्वोदरस्थितम् ।
प्रणवेन सुसंयुक्तां व्याहृतीभिश्च संयुताम् ॥ ११ ॥
गायत्रीं वा जपेद् विप्रः प्राणसंयमने त्रयः ।
पुनश्चैवं त्रिभिः कुर्यात् पुनश्चैव त्रिसन्धिषु ॥ १२ ॥

यद्वा समभ्यसेन्नित्यं वैदिकं लौकिकं तथा ।
प्राणसंयमने विद्वान् जपेत् तद्विंशतिद्वयम् ॥ १३ ॥
ब्राह्मणः श्रुतसम्पन्नः स्वधर्मनिरतः सदा ।
स वैदिकं जपेन्मन्त्रं लौकिकं न कदाचन ॥ १४ ॥
केचिद् भूतहितार्थाय जपमिच्छन्ति लौकिकम् ।
द्विजवत् क्षत्रियस्योक्तः प्राणसंयमने जपः ॥ १५ ॥
वैश्यानां धर्मयुक्तानां स्त्रीशूद्राणां तपस्विनाम् ।
प्राणसंयमने गार्गि! मन्त्रं प्रणववर्जितम् ॥ १६ ॥
नमोन्तं शिवमन्त्रं वा वैष्णवं वेष्यते बुधैः ।
यद्वा समभ्यसेच्छूद्रस्त्वार्षकं विधिपूर्वकम् ॥ १७ ॥
प्राणसंयमने स्त्री च जपेत् तद्विंशतिद्वयम् ।
न वैदिकं जपेच्छूद्रः स्त्रियश्च न कदाचन ॥ १८ ॥
स्वाश्रमस्थस्य वैश्यस्य केचिदिच्छन्ति वैदिकम् ।
सन्ध्ययोरुभयोर्नित्यं गायत्र्या प्रणवेन वा ॥ १९ ॥
प्राणसंयमनं कुर्याद् ब्राह्मणो वेदपारगः ।
नित्यमेवं प्रकुर्वीत प्राणायामांस्तु षोडश ॥ २० ॥
अपि भ्रूणहनं मासात् पुनन्त्यहरहः कृताः ।
ऋतुत्रयात् पुनन्त्येनं जन्मान्तरकृतादघात् ॥ २१ ॥
वत्सराद् ब्रह्मविद्वा स्यात् तस्मान्नित्यं समभ्यसेत् ।
योगाभ्यासरतास्त्वेवं स्वधर्मनिरताश्च ये ॥ २२ ॥
प्राणसंयमनेनैव सर्वे मुक्ता भवन्ति हि ।
बाह्यादापूरणं वायोरुदरे पूरको हि सः ॥ २३ ॥

सम्पूर्णकुम्भवद् वायोर्धारणं कुम्भको भवेत् ।
बहिर्यद्रेचनं वायोरुदराद्रेचकः स्मृतः ॥ २४ ॥
प्रस्वेदजनको यस्तु प्राणायामेषु सोऽधमः ।
कम्पको मध्यमः प्रोक्त उत्थानं चोत्तमोत्तमः ॥ २५ ॥
पूर्वं पूर्वं प्रकुर्वीत यावदुत्तमसम्भवम् ।
सम्भवत्युत्तमे गार्गि! प्राणायामे सुखी भवेत् ॥ २६ ॥
प्राणे लयति तेनैव देहस्यान्तस्ततोऽधिकः ।
देहश्चोत्तिष्ठते तेन कृतासनपरिग्रहः ॥ २७ ॥
निःश्वासोच्छ्वासकौ तस्य न विद्येते कथञ्चन ।
देहे यद्यपि तौ ....विककृतावुभौ (?)॥ २८ ॥
तथापि नश्यतस्तेन प्राणायामोत्तमेन हि ।
तयोर्नाशे समर्थः स्यात् कर्त्तुं केवलकुम्भकम् ॥ २९ ॥
रेचकं पूरकं मुक्त्वा यत् स्थित्वा वायुधारणम् ।
प्राणायामोऽयमित्युक्तः स वै केवलकुम्भकः ॥ ३० ॥
रेच्य चापूरयत् कुर्यात् स वै सहित(कुम्भकः) ।
सहितं केवलं वाथ कुम्भकं नित्यमभ्यसेत् ॥ ३१ ॥
यावत् केवलसिद्धिः स्यात् तावत् सहितमभ्यसेत् ।
केवलं कुम्भके सिद्धे रेचपूरणवर्जिते ॥ ३२ ॥
न तस्य दुर्लभं किञ्चित् त्रिषु लोकेषु विद्यते ।
मनोजवत्वं लभते पलितादि च नश्यति ॥ ३३ ॥
मुक्तेरयं महामार्गो मकराख्योत्तरात्मनः ।
ज्ञानं चोत्पादयत्येव कुम्भकप्राणसंयमः ॥ ३४ ॥

प्राणसंयमनं नाम देहे प्राणादिधारणम् ।
एष प्राणजयोपायः सर्वमृत्यूपघातकः ॥ ३५ ॥
किञ्चित् प्राणजयोपायं तव वक्ष्यामि तत्त्वतः ।
बाह्यात् प्राणं समाकृष्य पूरयित्वोदरस्थितम् ॥ ३६ ॥
नाभिमध्ये च नासाग्रे पादाङ्गुष्ठे च यत्नतः ।
धारयेन्मनसा प्राणं सन्ध्याकालेषु सर्वदा ॥ ३७ ॥
सर्वरोगविनिर्मुक्तो जीवेद् योगी गतक्लमः ।
नासाग्रे धारणं गार्गि ! वायोर्विजयकारणम् ॥ ३८ ॥
सर्वरोगविनाशः स्यान्नाभिमध्ये च धारणात् ।
शरीरं लघुतां याति पादाङ्गुष्ठे च धारणात् ॥ ३९ ॥
रसनावायुमाकृष्य यः पिबेत् सततं नरः ।
श्रमदाहौ न तस्य स्तो नश्यन्ति व्याधयस्तथा ॥ ४० ॥
सन्ध्ययोर्ब्राह्मकाले वा वायुमाकृष्य यः पिबेत् ।
त्रिमासात् तस्य कल्याणि ! जायते वा सरस्वती ॥ ४१ ॥
षण्मासाभ्यासयोगेन महारोगात् प्रमुच्यते ।
आत्मन्यात्मानमारोप्य कुण्डल्यां यस्तु धारयेत् ॥ ४२ ॥
क्षयरोगादयस्तस्य नश्यन्तीत्यपरे विदुः ।
जिह्वया वायुमानीय जिह्वामूले निरोधयेत् ॥ ४३ ॥
यः पिबेदमृतं विद्वान् सकलं भद्रमश्नुते ।
आत्मन्यात्मानमिडया समानीय भ्रुवोऽन्तरात् ॥ ४४ ॥
पिबेद् यस्त्रिदशाहारं व्याधिभिः सोऽभिमुच्यते ।
नाडिभ्यां वायुमारोप्य नाभौ वा तुन्दपार्श्वयोः ॥ ४५ ॥

घटिकैकां वहेद् यस्तु व्याधिभिः सोऽभिमुच्यते ।
मासमेकं त्रिसन्ध्यायां जिह्वयारोप्य मारुतम् ॥ ४६ ॥
पिबेद् यस्त्रिदशाहारं धारयेत् तुन्दमध्यमे ।
गुल्माषी वा प्लिहा चान्या त्रिदोषजनितास्तथा ॥ ४७ ॥
तुन्दमध्यगता रोगाः सर्वे नश्यन्ति तस्य वै ।
ज्वराः सर्वे विनश्यन्ति विषाणि विविधानि च ॥ ४८ ॥
बहुनोक्तेन किं गार्गि! पलिता(नि ? दि) च नश्यति ।
एवञ्च विजयोपायं प्राणस्य तु वरानने! ॥ ४९ ॥
शक्यमासनमास्थाय समाहितमनास्तथा ।
करणानि वशीकृत्य विषयेभ्यो बलात् सुधीः ॥ ५० ॥
अपानमूर्ध्वमाकृष्य प्रणवेन समाहितः ।
हस्ताभ्यां बन्धयेत् सम्यक् कर्णादिकरणानि च ॥ ५१ ॥
अङ्गुष्ठाभ्यामुभे श्रोत्रे तर्जनीभ्यां तु चक्षुषी ।
नासापुटावथान्याभ्यां प्रच्छाद्य करणानि वै ॥ ५२ ॥
आनन्दानुभवं यावत् तावन्मूर्धनि धारयेत् ।
प्राणः प्रयात्यनेनैव ततस्त्वायुर्विघातकृत् ॥ ५३ ॥
ब्रह्मरन्ध्रे सुषुम्नायां मृणालान्तरसूत्रवत् ।
नालोत्पत्तिस्त्वनेनैव शुद्धस्फटिकसन्निभा ॥ ५४ ॥
आमूर्ध्नो वर्त्तते नादो वीणादण्डवदुत्थितः ।
शङ्खध्वनिनिभस्त्वादौ मध्ये मेघध्वनिर्यथा ॥ ५५ ॥
व्योमरन्ध्रगते नादे गिरिप्रस्रवणं यथा ।
व्योमरन्ध्रगते वायौ चित्ते चात्मनि संस्थिते ॥ ५६ ॥

सदानन्दी भवेद्देही वायुस्तेन जितो भवेत् ।
योगिनस्त्वपरेऽन्यत्र वदन्ति समचेतसः ॥ ५७ ॥
प्राणायामपराः पूता रेचपूरणवर्जिताः ।
दक्षिणेतरगुल्फेन सीवनीं पीडयेत् सिराम् ॥ ५८ ॥
अधस्ताद्दण्डवत्सूक्ष्मां सव्योपरि च दक्षिणाम् ।
जङ्घोर्वोरन्तरं गार्गि! निश्छिद्रं बन्धयेद् दृढम् ॥ ५९ ॥
समग्रीवशिरस्कश्च समपृष्ठः समोदरः ।
नेत्राभ्यां दक्षिणं गुल्फं लोकयन्नुपरिस्थितम् ॥ ६० ॥
भारत्या मनसा सार्धं व्याहरन् प्रणवाक्षरम् ।
आसने नान्यधीरास्ते रहस्ये विजितेन्द्रियः ॥ ६१ ॥
वैश्याः शूद्राः स्त्रियश्चान्ये योगाभ्यासरता नराः ।
शैवं वा वैष्णवं वाथ व्याहरन्नन्यमेव वा ॥ ६२ ॥
आसने नान्यधीरास्ते दीपं हस्तेऽवलोकयन् ।
आयुर्विघातकृत्प्राणस्त्वनेनाग्निकुलं गतः ॥ ६३ ॥
धूमध्वजजयं यावन्नान्यधीरेवमभ्यसेत् ।
धारणं कुर्वतस्तस्य शक्तिस्थाने प्रभञ्जनम् ॥ ६४ ॥
देहश्च लघुतां याति जठराग्निश्च वर्धते ।
दृष्टचिह्नस्ततः स्थानान्मनसारोप्य मारुतम् ॥ ६५ ॥
मन्त्रमुच्चारयेद् गार्गि! नाभिमध्ये निरोधयेत् ।
यावन्मनो लयत्यस्मिन्नाभौ सवितृमण्डले ॥ ६६ ॥
तावत् समभ्यसेद् विद्वानिन्धनेदिन्धनाशनम् ।
एतेन नाभिमध्येन धारणेनैव मारुतः ॥ ६७ ॥

कुण्डलीवास्ति वह्निश्च दहत्यत्र न संशयः ।
सन्तप्तो वह्निना तत्र वायुना च प्रवातितः ॥ ६८ ॥
प्रसार्य फणहृद्भोगं प्रबोधं याति तत्तदा ।
प्रबुद्धे संस्मरत्यस्मिन्नादिमूले + + क्रिणि ॥ ६९ ॥
ब्रह्मरन्ध्रे सुषुम्नायां प्रयाति प्राणसंज्ञकम् ।
सम्प्राप्ते मारुते तस्मिन् सुषुम्नायां वरानने ! ॥ ७० ॥
मन्त्रमुच्चार्य मनसा हृन्मध्ये धारयेत् पुनः ।
हृदयात् कण्ठकूपे च भ्रुवोर्मध्ये च धारयेत् ॥ ७१ ॥
तस्मादारोप्य मनसा साग्निं प्राणमनन्यधीः ।
धारयेद् यो हि विप्रेन्द्रो व्याहरन् प्रणवाक्षरम् ॥ ७२ ॥
वायुना पूरिते व्योम्नि साङ्गोपाङ्गकलेबरे ।
तदात्मा भजते तत्र यथा व्योम्नि निवर्तनः ॥ ७३ ॥
शरीरं विसिसृक्षुश्चेदेवं सम्यक् समाचरन् ।
एकाक्षरं परं ब्रह्म ध्यायन् प्रणवमीश्वरम् ॥ ७४ ॥
संभिद्य मनसा मूर्ध्नि ब्रह्मरन्ध्रं स वायुना ।
प्राणमुन्मूलयेत् पश्चान्महाप्राणे खमध्यमे ॥ ७५ ॥
देहातीते जगत्प्राणे शून्ये नित्ये ध्रुवे पदे ।
आकाशे परमानन्दे स्वात्मानं योजयेद् धिया ॥ ७६ ॥
ब्रह्मैवासौ भवेद् गार्गि ! न पुनर्जन्मभाग् भवेत् ।
तस्मात् त्वं च वरारोहे ! नित्यकर्म समाचर ॥ ७७ ॥
सन्ध्याकालेषु वा नित्यं प्राणसंयमनं कुरु ।
प्राणायामपराः सर्वे प्राणायामपरायणाः ॥ ७८ ॥

प्राणायामविशुद्धा ये ते यान्ति परमां गतिम्।
प्राणायामादृते नान्यत् तारकं नरकादपि ॥ ७९ ॥
संसारार्णवमग्नानां तारकः प्रा संयमः।
तस्मात् त्वं विधिमार्गेण नित्यकर्म समाचर ॥ ८० ॥
विधिनोक्तेन मार्गेण प्राणसंयमनं कुरु ॥ ८०½ ॥

इति योगयाज्ञवल्क्ये षष्ठोऽध्यायः ॥

अथ सप्तमोऽध्यायः।

याज्ञवल्क्यः—

उक्तान्येतानि चत्वारि योगाङ्गानि द्विजोत्तमे!।
प्रत्याहाराणि चत्वारि शृणुष्वाभ्यन्तराणि च ॥ १ ॥
इन्द्रियाणां विचरतां विषयेषु स्वभावतः।
बलादाहरणं तेषां प्रत्याहारः स उच्यते ॥ २ ॥
यद्यत् पश्यति तत् सर्वं पश्येदात्मवदात्मनि।
प्रत्याहारः स च प्रोक्तो योगविद्भिर्महात्मभिः ॥ ३ ॥
कर्माणि यानि नित्यानि विहितानि शरीरिणाम्।
तेषामात्मन्यनुष्ठानं मनसा यत् + + + + ॥ ४ ॥
तानि सर्वाणि वक्ष्यामि यथावच्छृणु + + +।
पादाङ्गुष्ठौ च गुल्फौ तु + + + + तथैव च ॥ ५ ॥
तालुमूलं च नासाया मूलं चाक्ष्णोश्च मण्डले।
भ्रुवोर्मध्यं ललाटश्च मूर्धा च मुनिसत्तमे! ॥ ६ ॥

मर्मस्थानानि वै तेषां मानं चाथ पृथक् शृणु ।
पादमानं तु गुल्फस्य सार्धाङ्गुलचतुष्टयम् ॥ ७ ॥
गुल्फाज्जङ्घस्य मध्यं तु विज्ञेयं तु दशाङ्गुलम् ।
जङ्घमध्याच्चितेर्मूलं यत्तदेकशताङ्गुलम् ॥ ८ ॥
चितिमूलाद् वरारोहे ! जानुः स्यादङ्गुलद्वयम् ।
जानोर्नवाङ्गुलं प्राहुरूरुमध्यं मही(श्व ? सु)रे ! ॥ ९ ॥
ऊरुमध्यात् तथा गार्गि ! पायुमूलं नवाङ्गुलम् ।
देहमध्यं तथा पायोर्मूलादर्धाङ्गुलद्वयम् ॥ १० ॥
देहमध्यात् तथा मेढ्रं तद्वत् सार्धाङ्गुलद्वयम् ।
मेढ्रान्नाभिश्च विज्ञेया गार्गि ! (सा)र्ध + + ङ्गुलम् ॥ ११ ॥
चतुर्दशाङ्गुलं नाभेर्हृन्मध्यं च वरानने ! ।
षडङ्गुलं तु हृन्मध्यात् कण्ठकूपं तथैव च ॥ १२ ॥
कण्ठकूपाच्च जिह्वाया मूलं स्याच्चतुरङ्गुलम् ।
नासामूलं तु जिह्वाया मूलाच्च चतुरङ्गुलम् ॥ १३ ॥
चतुरङ्गुलमाने तु मूलार्धाङ्गुलमिष्यते ।
तस्मादर्धाङ्गुलं गार्गि ! भ्रुवोरन्तरमात्मनः ॥ १४ ॥
ललाटाद्(र्घो ? व्यो)मसंज्ञं तदङ्गुलद्वयमेव हि ।
स्थानेष्वेतेषु मनसा वायुमारोप्य धारयेत् ॥ १५ ॥
स्थानात् स्थानात् समाकृष्य प्रत्याहारं प्रकुर्वतः ।
सर्वरोगा विनश्यन्ति योगाः सिध्यन्ति तस्य वै ॥ १६ ॥
वदन्ति योगिनः केचिद् योगेषु कुशला नराः ।
प्रत्याहारं वरारोहे ! शृणु त्वं तद्वदाम्यहम् ॥ १७ ॥

सम्पूर्णकुम्भकाद् वायुमङ्गुष्ठान्मूर्ध्नि मध्यतः।
धारयत्यनिलं बुद्ध्य प्राणायामप्रचोदितः॥ १८॥
व्योमरन्ध्रात् समाकृष्य ललाटे धारयेत् पुनः।
ललाटाद् वायुमाकृष्य कण्ठकूपे निरोधयेत्॥ १९॥
कण्ठकूपात्तु हृन्मध्ये हृन्मध्यान्नाभिमध्यमे।
नाभिमध्यात् पुनर्मेढ्रे मेढ्राद्वह्न्यालये ततः॥ २०॥
देहमध्याद् गुदे गार्गि! गुदात्तत्रोरुमूलतः।
ऊरुमूलात्तयोर्मध्ये तस्माज्जान्वोर्निरोधयेत्॥ २१॥
चितिमूलं ततस्तस्माज्जङ्घयोर्मध्यमे तथा।
जङ्घातस्तं समाकृष्य वायुं गुल्फे निरोधयेत्॥ २२॥
गुल्फादङ्गुलयोर्गार्गि! पादयोस्तं निरोधयेत्।
स्थानात्स्थानात् समाकृष्य यस्मेबन्ध (?)॥ २३॥
यावत् पापविशुद्धात्मा जीवेदाचन्द्रतारकम्।
एतत्तु योगसिद्ध्यर्थं प्रत्याहारं प्रकीर्तितम्॥ २४॥
प्रत्याहारेषु सर्वेषु प्रशस्तमिति योगिभिः।
नाडीभ्यां वायुमापूर्य कुण्डल्याः पार्श्वयोर्नरः॥ २५॥
धारयेद् युगपत् सोऽपि भवरोगाद्विमुच्यते।
पूर्ववद् यानि रोप्य(?) हृदये व्योम्नि धारयेत्॥ २६॥
सोऽपि याति वरारोहे! परमात्मपदं नरः।
व्याधयः किंपुनस्तस्य बाह्याभ्यान्तरवर्त्तिनः॥ २७॥
नासाभ्यां वायुमारोप्य पूरयित्वोदरस्थितम्।
भ्रुवोर्मध्याद् दृशोः पार्श्वात् समारोप्य समाहितः॥ २८॥

धारयेत् क्षणमात्रं वा सोऽपि याति परां गतिम् ।
आभ्रूमध्यात् सुषुम्नायां मनो + + + + + + + ॥ २९ ॥
किंपुनर्बहुनोक्तेन नित्यं कर्म समाचर(म् ?)।
यावन्मनो लयत्यस्मिन् ततः संयमनं कुरु ॥ ३० ॥

इति योगयाज्ञवल्क्ये सप्तमोऽध्यायः ॥

अथ अष्टमोऽध्यायः ।

अथेदानीं प्रवक्ष्यामि धारणा(व ? मपि) तत्त्वतः ।
यमादिगुणयुक्तस्य मनसः स्थितिरात्मनि ॥ १ ॥
धारणेत्युच्यते सद्भिः शास्त्रतात्पर्यवेदिभिः ।
अस्मिन् ब्रह्मपुरे गार्गि ! यदिदं हृदयाम्बुजम् ॥ २ ॥
तस्मिन्नवान्तराकाशे यद् बाह्याकाशकारणम् ।
एषा च धारणेत्युक्ता योगशास्त्रसुशिक्षितैः ॥ ३ ॥
धारणाः पञ्चधा प्रोक्तास्ताश्च सर्वाः पृथक्च्छृणु ।
भूमिरापस्तथा तेजो वायुराकाशमेव च ॥ ४ ॥
एतेषु पञ्चदेवानां धारणं पञ्चधोच्यते ।
पादादिजानुपर्यन्तं पृथिवीस्थानमुच्यते ॥ ५ ॥
आजानोः पायुपर्यन्तमपां स्थानं प्रकीर्त्तितम् ।
आपायोर्हृदयान्तं यद् वह्निस्थानं तदुच्यते ॥ ६ ॥
हृदयात् तु भ्रुवोर्मध्यं यावद् वायुकुलं स्मृतम् ।
आभ्रूमध्यात तदूर्ध्वान्तमाकाशमिति चोच्यते ॥ ७ ॥

अत्र केचिद् वदन्त्यन्ये योगपण्डितमानिनः ।
आजानोर्नाभिपर्यन्तमपांस्थानमिति द्विजाः ॥ ८ ॥

नाभिमध्याद् गळान्तं यद् वह्निस्थानं तदुच्यते ।
आगळाद् भ्रूलला* .... ॥ ९ ॥

एतदुक्तं भवत्यत्र गार्गि ब्रह्मविदां वरे ।
ब्रह्मादिकार्यरूपाणि स्वे स्वे संहृत्य कारणे ॥ १० ॥

तस्मिन् सदाशिवे प्राणान् सृष्टिस्थित्यन्तकारिणे ।
युक्तचित्तस्तदात्मानं योजयेत् परमेश्वरे ॥ ११ ॥

अस्मिन्नर्थे वदन्त्यन्ये योगिनो ब्रह्मविद्वराः ।
प्रणवेनैव कार्याणि स्वे स्वे संहृत्य कारणे ॥ १२ ॥

प्रणवस्य तु नादान्ते परमानन्दविग्रहम् ।
ऋतं सत्यं परं ब्रह्म पुरुषं कृष्णपिङ्गलम् ॥ १३ ॥

चेतसा संप्रपश्यन्ति सन्तः साधारभेषजः ।
त्वं तस्मात् प्रणवेनैव प्राणायामैस्त्रिभिस्त्रिभिः ॥ १४ ॥

ब्रह्मादिकार्यरूपाणि स्वे स्वे संहृत्य कारणे ।
विशुद्धचेतसा पश्य नादान्ते परमेश्वरम् ॥ १५ ॥

अस्मिन्नर्थे वदन्त्यन्ये योगिनो ब्रह्मविद्वराः ।
भिषग्वरा वरारोहे ! योगेषु परिनिष्ठिताः ॥ १६ ॥

शरीरं तावदेतत्तु पञ्चभूतात्मकं खलु ।
तदेतत्तु वरारोहे ! वातपित्तकफात्मनाम् ॥ १७ ॥

वातात्मकानां सर्वेषां योगेष्वभिरतात्मनाम् ।
प्राणसंयमनेनैव शोषं याति कलेबरम् ॥ १८ ॥

---

* अत्र ग्रन्थांशो मातृकायां लुप्तः ।

पित्तात्मकानां त्वचिरान्न शुष्यति कलेबरम् ।
कफात्मकानां कायस्तु सम्पूर्णमचिराद् भवेत् ॥ १९ ॥
धारणं कुर्वतस्त्वग्नौ सर्वे नश्यन्ति वातजाः ।
पार्थिवे च जलांशे च धारणं कुर्वतस्तदा ॥ २० ॥
नश्यन्ति श्लेष्मजा रोगा विनश्यन्ति न संशयः ।
अस्मिन्नर्थे तथा ब्रूतामश्विनौ च भिषग्वरौ ॥ २१ ॥
प्राणसंयमनेनैव त्रिदोषशमनं नृणाम् ।
तस्मात् त्वं च वरारोहे! नित्यं कर्म समाचर ॥ २२ ॥
यमादिभिश्च संयुक्ता विधिवद् धारणं कुरु ॥ २२½ ॥

इति योगयाज्ञवल्क्ये अष्टमोऽध्यायः ॥

अथ नवमोऽध्यायः ।

भगवानुवाच —

ध्यानं सम्प्रति वक्ष्यामि शृणु गार्गि! वरानने! ।
ज्ञानमेव हि जन्तूनां कारणं बन्धमोक्षयोः ॥ १ ॥
ध्यानमात्मस्वरूपस्य वेदनं मनसा खलु ।
सगुणं निर्गुणं तच्च सगुणं बहुशः स्मृतम् ॥ २ ॥
पञ्चोत्तमानि तेष्वाहुर्वैदिकानि द्विजोत्तमाः ।
एषु मुख्यतमास्तिस्रो एकमेव हि निर्गुणम् ॥ ३ ॥
मर्मस्थानानि नाडीनां सन्धानं च पृथक् पृथक् ।
वायुस्थानानि मर्माणि ज्ञात्वा कुर्वात्मवेदनम् ॥ ४ ॥
एकं ज्योतिर्मयं शुद्धं तत्सर्वं व्योमवद् दृढम् ।
अत्यच्छममलं नित्यमादिमध्यान्तवर्जितम् ॥ ५ ॥

स्थूलं सूक्ष्ममनाकाशं + + + श्यमचक्षुषम् ।
न रसं न च गन्धाख्यमप्रमेयमनौपमम् ॥ ६ ॥
आनन्दमजरं सत्यं सदसत्सर्वकारणम् ।
सर्वाधारं जगद्रूपममूर्तमजमव्ययम् ॥ ७ ॥
अदृश्यं दृश्यमन्तःस्थं बहिष्ठं सर्वतोमुखम् ।
सर्वगं सर्वतःपादं सर्व(क्ष?)सर्वतश्शिरः ॥ ८ ॥
ब्रह्मब्रह्ममयोऽहं स्यामिति यद्वेदनं भवेत् ।
तदेतन्निर्गुणं ध्यानमिति ब्रह्मविदो विदुः ॥ ९ ॥
अथवा परमात्मानं परमानन्दविग्रहम् ।
गुरूपदेशाद्विज्ञाय पुरुषं कृष्णपिङ्गलम् ॥ १० ॥
ब्रह्म ब्रह्मपुरे वाऽस्मिन् देहे रुन्धन् खमध्यमे ।
अत्ययात् सम्प्रपश्यन्ति सन्तस्त्वं च तथा कुरु ॥ ११ ॥
हृत्पद्मेऽष्टदळे पत्रे कन्दमध्यात् समुत्थिते ।
द्वादशाङ्गुलनाळेऽस्मिंश्चतुरङ्गुलवन्मुखे ॥ १२ ॥
प्राणायामैर्विकसिते केसरान्वितकर्णिके ।
वासुदेवं जगन्नाथं नारायणमजं हरिम् ॥ १३ ॥
चतुर्भुजमुदाराङ्गं शङ्खचक्रगदाधरम् ।
किरीटकेयूरधरं पद्मपत्रनिभेक्षणम् ॥ १४ ॥
श्रीवत्सवक्षसं विष्णुं पूर्णचन्द्रनिभाननम् ।
पद्मोदरदळाभोष्ठं सुप्रसन्नं शुचिस्मितम् ॥ १५ ॥
शुद्धस्फटिकसङ्काशं पीतवाससमच्युतम् ।
पद्मच्छविपदद्वन्द्वं परमात्मानमीश्वरम् ॥ १६ ॥

प्रभाभिर्भासयद् रूपं परितः पुरुषोत्तमम् ।
मनसालोक्य देवेशं सर्वभूतहृदि स्थितम् ॥ १७ ॥
सोऽहमात्मेति विज्ञानं सगुणं ध्यानमुच्यते ।
हृत्सरोरुहमध्येऽस्मिन् प्रकृत्यात्मककर्णिके ॥ १८ ॥
अष्टैश्वर्यदलोपेते विद्याकेसरसंयुते ।
ज्ञाननाळे महाकन्दे प्राणा(नेन? याम)प्रबोधिते ॥ १९ ॥
विश्वार्चिषं महावह्निं ज्वलन्तं सर्वतोमुखम् ।
वैश्वानरं जगद्योनिं शिखातन्विनमीश्वरम् ॥ २० ॥
तापयन्तं स्वकं देहमापादतलमस्तकम् ।
निवातदीपवत् तस्मिन् दीपितं हव्यवाहनम् ॥ २१ ॥
दृष्ट्वा तस्य शिखामध्ये परमात्मानमक्षरम् ।
नीलतोयदमध्यस्थविद्युल्लेखेव भास्वरम् ॥ २२ ॥
नीवारशूकवद्रूपं पीताभं सर्वकारणम् ।
ज्ञात्वा वैश्वानरं देवं सोऽहमेवेति या मतिः ॥ २३ ॥
सगुणेषूत्तमं ह्यत्र ध्यानं योगविदो विदुः ।
वैश्वानरत्वं सम्प्राप्य मूर्त्तिं तेनैव गच्छति ॥ २४ ॥
अथवा मण्डले पश्यन्नादित्यस्य महाद्युतेः ।
आत्मानं सर्वजगतः पुरुषं हेमरूपिणम् ॥ २५ ॥
हिरण्यश्मश्रुकेशं हिरण्मयनखं हरिम् ।
कप्यास्यासनमन्वक्त्रं(?) सृष्टिस्थित्यन्तकारिणम् ॥ २६ ॥
पद्मासनस्थितं सौम्यं प्रबुद्धाब्जनिभाननम् ।
पद्मोदरदलाभाक्षं सर्वलोकाभयप्रदम् ॥ २७ ॥

जनकं सर्वदा सर्वे + + + + + धार्मिकाः ।
भासयन्तं जगत्सर्वं दृष्ट्वा लोकैकसाक्षिणम् ॥ २८ ॥

सोऽहमस्मीति या बुद्धिः सा च (ज्ञा? ध्याने)षु शस्यते ।
एष एव तु मोक्षस्य महामार्गस्तपोधने! ॥ २९ ॥

ध्यानेनानेन सौरेण मुक्तिं यान्ति हि सूरयः ।
भ्रुवोर्मध्येऽन्तरात्मानं भारूपं सर्वकारणम् ॥ ३० ॥

स्थाणुवन्मूर्ध्नि पर्यन्तं मध्यदेहात् समुत्थितम् ।
जगत्कारणमव्यक्तं ज्वलन्तममितौजसम् ३१ ॥

मनसालोक्य सोऽहं स्यामादित्ये ध्यानमुत्तमम् ।
अथवा बद्धपर्यङ्कः शिथिलीकृतविग्रहः ॥ ३२ ॥

शिव एव स्वयं भूत्वा नासाग्रे रोपितेक्षणः ।
निर्विकारः परं शान्तं परमात्मानमीश्वरम् ॥ ३३ ॥

भारूपममृतं ध्यायेद् भ्रुवोर्मध्ये वरानने! ।
सोऽहमेवेति या बुद्धिः सा च ध्यानेन शस्यते ॥ ३४ ॥

अथवाष्टदलोपेते कर्णिकाकेसरान्विते ।
उन्निद्रहृदयाम्भोजे सोममण्डलमध्यमे ॥ ३५ ॥

स्वात्मानमच्छकाकारं भोक्तृरूपिणमव्ययम् ।
सुधा(रिणं? रसं) विमुञ्चद्भिः शशिरश्मिभिरावृतम् ॥ ३६ ॥

षोडशच्छदसंयुक्तं शिरःपद्मादधोमुखात् ।
निर्गतामृतधाराभिः सहस्राभिः समन्ततः ॥ ३७ ॥

प्लावितं पुरुषं तत्र चिन्तयित्वा समाहितः ।
तेनामृतरसेनैव साङ्गोपाङ्गकलेबरम् ॥ ३८ ॥

अहमेव परं ब्रह्म परमात्माहमव्ययः ।
एवं यद्वेदनं तच्च सगुणध्यानमुच्यते ॥ ३९ ॥

एवं ध्यानामृतं कुर्वन् षण्मासान्मृत्युजिद् भवेत् ।
वत्सरान्मुक्त एव स्याज्जीवन्नेवं न संशयः ॥ ४० ॥

जीवन्मुक्तस्य न क्वापि दुःखावाप्तिः कथञ्चन ।
किं पुनर्नित्यमुक्तस्य मुक्तिरेव हि दुर्लभा ॥ ४१ ॥

तस्मात् त्वं च वरारोहे! फलं त्यक्त्वैव नित्यशः ।
विधिवत् कर्म कुर्वाणा ध्यानमेव सदा कुरु ॥ ४२ ॥

अन्यान्यपि बहून्याहुर्ध्यानानि मुनिसत्तमाः ।
मुख्यान्युक्तानि चैतेभ्यो जघन्यानीतराणि च ॥ ४३ ॥

सगुणं गुणहीनं वा विज्ञायात्मानमात्मनि ।
सन्तः समाधिं कुर्वन्ति त्वमप्येवं सदा कुरु ॥ ४४ ॥

इति योगयाज्ञवल्क्ये नवमोऽध्यायः ॥

अथ दशमोऽध्यायः ।

भगवानुवाच —

समाधिमधुना वक्ष्ये भवपापविनाशनम् ।
भवपाशनिबद्धस्य यथावच्छ्रोतुमर्हसि ॥ १ ॥

समाधिः समतावस्था जीवात्मपरमात्मनोः ।
ब्रह्मण्येव स्थितिर्वा सा समाधिः प्रत्यगात्मनः ॥ २ ॥

ध्यायन् यथा यथात्मान तत्समाधिस्तथा तथा ।
ध्यात्वैवात्मनि संस्थाप्य नान्यथात्मा यथा भवेत् ॥ ३ ॥

एवमेव हि सर्वत्र यत्प्रपन्नस्तु यो नरः ।
तदात्मा सोऽपि तत्रैव समाधिं समवाप्नुयात् ॥ ४ ॥
सरित्पतौ निविष्टाम्बु यथा भिन्नं फलं त्वियात् ।
तदात्मभिन्न एवात्र समाधिं समवाप्नुयात् ॥ ५ ॥
एतदुक्तं भवत्यत्र गार्गि! ब्रह्मविदां वरे! ।
कर्मैव विधिवत्कुर्वन् कामसङ्कल्पवर्जितम् ॥ ६ ॥
वेदान्तेष्वर्थशास्त्रेषु सुशिक्षितमनाः सदा ।
गुरुणा नोपदिष्टार्थं युक्त्युपेतं वरानने! ॥ ७ ॥
विद्वद्भिर्धर्मशास्त्रज्ञैर्विचार्य च पुनः पुनः ।
तस्मिन् सुशिक्षितार्थेषु सुशिक्षितमनाः सदा ॥ ८ ॥
योगमेवाभ्यसेन्नित्यं जीवात्मपरमात्मनोः ।
ततस्त्वाभ्यन्तरैश्चिह्नैर्बाह्यैर्वा कालसूचकैः ॥ ९ ॥
विनिश्चित्यात्मनः कालमन्यैर्वा परमार्थवित् ।
निर्भयः सुप्रसन्नात्मा मृत्योस्तु विजितेन्द्रियः ॥ १० ॥
स्वकर्मनिरतः शान्तः सर्वभूतहिते रतः ।
प्रदाय विद्यां पुत्रस्य मन्त्रं च विधिपूर्वकम् ॥ ११ ॥
संस्कारं ह्यात्मनः सर्वमुपदिश्य तदानघ ।
पुण्यक्षेत्रे शुचौ देशे विद्वद्भिः सुसमावृते ॥ १२ ॥
भूमौ कुशान् समास्तीर्य कृष्णाजिनमथापि वा ।
तस्मिंस्तु बद्धपर्यङ्को मन्त्रैर्बद्धकलेबरः ॥ १३ ॥
आसने नान्यधीरास्ते प्राङ्मुखो वाप्युदङ्मुखः ।
पुनर्द्वाराणि संयम्य गार्ग्यस्मिन् ब्रह्मणः पुरे ॥ १४ ॥

उन्निद्रहृदयाम्भोजे (प्राणायामप्र)बोधिते ।
व्योम्नि तस्मिन् प्रभारूपे त्वद्रूपे सर्वकारणे ॥ १५ ॥
नमोवृत्तिं सुसंयम्य परमात्मनि पण्डिते! ।
मूर्ध्न्याधायात्मनः प्राणं भ्रुवोर्मध्येऽथवानघे! ॥ १६ ॥
ओमित्येकाक्षरं बुद्ध्या व्याहरन् सुसमाहितः ।
शरीरं सन्त्यजेद्विप्रे! आत्मैवाभून्नरोत्तमः ॥ १७ ॥
तस्मिन् समभ्यसेद् विद्वान् योगेनैवात्मदर्शनम् ।
तदेव संस्मरन् विद्वांस्त्यजेदन्ते कलेबरम् ॥ १८ ॥
यं यं सम्यक् स्मरन् भावं त्यजत्यन्ते कलेबरम् ।
तं तमेव भजेद्भावमिति योगविदो विदुः ॥ १९ ॥
त्वं चैवं योगमास्थाय ध्यायन्त्यात्मानमात्मना ।
स्वधर्मनिरता शान्ता त्यज ते देहमात्मनः ॥ २० ॥
केनैवज्ञा सहैतेन (?) नित्यकर्माणि कुर्वतः ।
निवृत्तफलसङ्गस्य मुक्तिर्गार्गि! करे स्थिता ॥ २१ ॥
यदुक्तं ब्रह्मणा पूर्वं कर्मयोगसमुच्चयम् ।
तदेतत्कथितं सर्वं साङ्गोपाङ्गं विधानतः ॥ २२ ॥
त्वं चैवं योगमभ्यस्य यमाद्यष्टाङ्गसंयुतम् ।
निर्वाणं पदमासाद्य सप्रपञ्चं परित्यज ॥ २३ ॥

इति योगयाज्ञवल्क्ये दशमोऽध्यायः ॥

अथ एकादशोऽध्यायः ।

इत्येवमुक्त्वा विधिना याज्ञवल्क्येन धीमता ।
ऋषीनालोक्य नेत्राभ्यां वाक्यमेतदुवाच ह ॥ १ ॥

गार्ग्युवाच —

योगयुक्तनरस्यास्य सन्ध्ययोर्वाथवा सदा ।
वैधं कर्म कथं कुर्यान्निष्कृतिः का त्वकुर्वतः ॥ २ ॥

इत्युक्ते ब्रह्मवादिन्या ब्रह्मविद् ब्राह्मणस्तदा ।
तां समालोक्य भगवानिदमाह नरोत्तमः ॥ ३ ॥

योगयुक्तमनुष्यस्य सन्ध्ययोर्वाथवा निशि ।
यत्कर्त्तव्यं वरारोहे! योगेन खलु तत्कृतम् ॥ ४ ॥

आत्माग्निहोत्रवह्नौ तु प्राणयज्ञैर्विधीयते ।
विशुद्धचित्तहविषा विध्युक्तं कर्म कुर्वतः ॥ ५ ॥

निष्कृतिस्तस्य किं बाले! कृतकृत्यस्तथा खलु ।
वियोगे सति सम्प्राप्ते जीवात्मपरमात्मनोः ॥ ६ ॥

(विध्यु)क्तमेवं कर्त्तव्यं ब्रह्मविद्भिश्च नित्यशः ।
वियोगकाले योगी च दुःखमित्येव यस्त्यजेत् ॥ ७ ॥

कर्माणि तस्य निलयो निलयं परिकीर्त्तितः ।
तद्देहिनां यतः शक्यास्त्यक्तुं कर्माण्यशेषतः ॥ ८ ॥

तस्मादामरणान्तं तत् कर्त्तव्यं योगिनां सदा ।
त्वं चैव मात्ययाद् गार्गि! वैधं कर्म समाचरेः ॥ ९ ॥

योगेन परमात्मानं यजंस्त्यज कलेबरम् ।
इत्येवमुक्त्वा भगवान् याज्ञवल्क्यस्तपोनिधिः ॥ १० ॥

ऋषीनालोक्य नेत्राभ्यां वाक्यमेतदभाषत ।
सन्ध्यामुपास्य विधिवत् पश्चिमां सुसमाहिताः ॥ ११ ॥

गच्छन्तु साम्प्रतं सर्वे ऋषयः स्वाश्रमं प्रति ।
इत्येवमुक्ता मुनिना मुनयः संशितव्रताः ॥ १२ ॥
विश्वामित्रो वसिष्ठश्च गौतमश्चाङ्गिरास्तथा ।
अगस्त्यो नारदश्चैव वाल्मीकिर्बादरायणः ॥ १३ ॥
पैङ्गिर्दीर्घतमा व्यासः शौनकश्च तपोधनः ।
भार्गवश्चैव + + + भरद्वाजस्तपोधनः॥ १४ ॥
तपस्विनस्तथाचान्ये वेदवेदाङ्गवेदिनः ।
याज्ञवल्क्यं समभ्यर्च्य गीर्भिः पुण्याभिरुत्तमाः ॥ १५ ॥
ते यान्ति मुनयः सर्वे स्वाश्रमेषु यथागतम् ।
गतेषु स्वाश्रमं तेषु तापसेषु तपोधना॥ १६ ॥
प्रणम्य दण्डवद् भूमौ वाक्यमेतदभाषत ।

गार्ग्युवाच —

भगवन्! सर्वशास्त्रज्ञ! सर्वभूतहिते रत! ॥ १७ ॥
योगं मोक्षाय योगीन्द्र! भवद्भिर्भाषितं तु यत् ।
यमाद्यष्टाङ्गसंयुक्तयोगयुक्तैस्तु साधनम् ॥ १८ ॥
तदेतद्विस्मृतं सर्वं सर्वज्ञ! तव सन्निधौ ।
योगं ममोपदिश्यात्र साङ्गं संक्षेपरूपकम् ॥ १९॥
(श्रो ? त्रा)तुमर्हति सर्वज्ञ! जन्मसंसारसागरात् ।
इत्युक्तो ब्रह्मवा + + + + + + + + + दा ॥ २० ॥
आलोक्य कृपणां दीनां स्मितपूर्वमभाषत ।
उत्तिष्ठोत्तिष्ठ किं शेते भूमौ गार्गि ! वरानने ! ॥ २१ ॥
वक्ष्यामि ते समासेन योगं सम्प्रति तच्छृणु ॥ २१½ ॥

इति योगयाज्ञवल्क्ये एकादशोऽध्यायः ।

अथ द्वादशोऽध्यायः ।

याज्ञवल्क्य उवाच —

सव्येन गुल्फेन गुदं निरस्य
सव्येतरेणैव निपीड्य सन्धिम् ।
सव्येतरं न्यस्य करेतरेऽस्मिन्
शिखां समालोकय पावकस्य ॥ १ ॥

आयुर्विघातकृत् प्राणो निरुद्धस्त्वासनेन तु ।
याति गार्गि ! तदापानात् कुलं वह्नेः शनैश्शनैः ॥ २ ॥

वायुना वातितो वह्निरपानेन शनैः शनैः ।
ततो ज्वलति सर्वेषां स्वकुले देहमध्यमे ॥ ३ ॥

प्रातःकाले प्रदोषे च निशीथे च समाहितः ।
मुहूर्त्तमभ्यसेदेवं यावत्पञ्चादिनद्वयम् ॥ ४ ॥

ततस्त्वात्मनि विप्रेन्द्रे ! प्रत्ययानि पृथक् पृथक् ।
सम्भवन्ति तदा तस्य जितो यस्य समीरणः ॥ ५ ॥

शरीरलघुता दीप्तिर्वह्नेर्जठरवर्त्तिनः ।
नादाभिव्यक्तिरित्येते चिह्नान्यादौ भवन्ति हि ॥ ६ ॥

अल्पमूत्रपुरीषः स्यात् षण्मासे वत्सरे तथा ।
आसने वाहने पश्चान्न भेतव्यं त्रिवत्सरात् ॥ ७ ॥

ततोऽनिलं वायुसखेन सार्धं
धिया समारोप्य निरोधयेत् तम् ।
ध्यायन् सदा चक्रिणमप्रबुद्धं
नाभौ सदा कुण्डलिनीनिविष्टम् ॥ ८ ॥

सिरां समावेष्ट्य + + + ध्या-
मन्याश्च भोगेन सिरास्तथैव ।
स्वपुच्छमास्येन निगृह्य सम्यक्
पथश्च संयम्य मरुद्गणानाम् ॥ ९ ॥
प्रसुप्तनागेन्द्रवदुच्छ्वसन्ती
सदा प्रबुद्धा प्रभया ज्वलन्ती ।
नाभौ सदा तिष्ठति कुण्डली सा
तिर्यक्षु देहेषु तथेतरेषु ॥ १० ॥
वायुना विहृतवह्निशिखाभिः
कन्दमध्यगतनाडिषु संस्थाम् ।
कुण्डलीं दहति यस्त्वहिरूपां
संस्मरन् नरवरस्तु स एव ॥ ११ ॥
सन्तप्तो वह्निना तत्र वायुना च प्रचोदितः ।
प्रसार्य फणभृद्भोगं प्रबोधं याति तत्तथा ॥ १२ ॥
बोधं गते चक्रिणि नाभिमध्ये
प्राणाः सुसम्भूय कलेबरेऽस्मिन् ।
चरन्ति सर्वे सहवह्निनैव
यथा पटे तन्तुगतिस्तथैव ॥ १३ ॥
जित्वैवं चक्रिणः स्थानं सदा ध्यानपरायणः ।
ततो नयेदपानं तु नाभेरूर्ध्वमिदं स्मरन् ॥ १४ ॥
वायुर्यथा वायुसखेन सार्धं
नाभिं त्वतिक्रम्य गतः शरीरे ।

रोगाश्च नश्यन्ति बलाभिवृद्धिः

कान्तिस्तदानीमभवत् प्रबुद्धे ॥ १५ ॥

ब्रह्मरन्ध्रमुखमत्र वायवः

पावकेन सह यान्ति समूह्य ।

केन चेदिह वदामि तवाहं

वीक्षणं हृदि सुदीपशिखायाः ॥ १६ ॥

निरोधितः स्याद्धृदयेन सार्धं

मध्ये तदा वायुसखेन वायुः ।

सहस्रपत्रस्य मुखं प्रविश्य

कुर्यात् पुनस्तूर्ध्वमुखं द्विजेन्द्रे ! ॥ १७ ॥

प्रबुद्धहृदयाम्भोजे + + + + + + ।

बलाकाश्रेणिवद् व्योम्नि विरराज समीरणः ॥ १८ ॥

आभ्रूमध्यात् सुषुम्नायां संस्थितो हुतभुक् तदा ।

सजलाम्बुदमालासु विद्युल्लेखेव राजते ॥ १९ ॥

प्रबुद्धहृत्पद्मनि संस्थितेऽग्नौ

प्राणे च तस्मिन् प्रविवेशिते तु ।

चिह्नानि बाह्यानि तथान्तरेऽपि

दीप्तानि दृश्यानि भवन्ति सद्यः ॥ २० ॥

वायुमुन्नय तत्र सवह्निं

व्याहरन् प्रणवमत्र सबिन्दुम् ।

बालचन्द्रसदृशे तु ललाटे

बालचन्द्रमवलोकय बुद्ध्या ॥ २१ ॥

सवह्निं वायुमारोप्य भ्रुवोर्मध्ये धिया तदा ।
ध्यायेदनन्यधीः पश्चादन्तरात्मानमन्तरे ॥ २२ ॥

मध्यमेऽपि हृदयेऽपि ललाटे
स्थाणुवज्ज्वलितलिङ्गमदृश्यम् ।
अस्ति गार्गि ! परमात्ममिदं त्वं
पश्य पश्य मनसा रुचिरूपम् ॥ २३ ॥

ललाटमध्ये हृदयाम्बुजे च
यः पश्यति प्राणमयीं प्रभां तु ।
शक्तिं सदा दीपवदुज्ज्वलन्तीं
सम्पश्यति ब्रह्मविदेकदृष्ट्या ॥ २४ ॥

मनो लयं यदा याति भ्रूमध्ये योगिनां नृणाम् ।
जिह्वामूलेऽमृतस्रावं भ्रूमध्ये चात्मदर्शनम् ॥ २५ ॥
कम्पनं च तथा मूर्ध्नो मनसैवात्मदर्शनम् ।
देवोद्यानानि रम्याणि नक्षत्राणि च चन्द्रमाः ॥ २६ ॥
ऋषयः सिद्धगन्धर्वाः प्रकाशन्ति च योगिनाम् ।

भ्रुवोऽन्तरे विष्णुपदे रुचौ तु
मनो लयं यावदियात् प्रबुद्धे ।
तावत् समभ्यस्य मुखस्य मध्ये
सुखं सदा संस्मर पूर्णरूपम् ॥ २७ ॥

समीरणे विष्णुपदे निविष्टे
जीवे च तस्मिन्नमृते च संस्थे ।
तस्मिंस्तदा याति मनो लयं चे-
न्मुक्तेः समीपं तदिति ब्रुवन्ति ॥ २८ ॥

समीरणे विष्णुपदे निविष्टे
विशुद्धबुद्धौ च तदात्मनिष्ठे ।
आनन्दमभ्य + + + स्मि सत्यं
त्वं गार्गि! पश्याऽद्य विशुद्धबुद्ध्या ॥ २९ ॥

एवं समभ्यस्य सुदीर्घकालं
यमादिभिर्युक्ततरं मिताशी ।
आत्मानमासाद्य गुहां प्रविष्टां
मुक्तिं व्रज ब्रह्मपुरे पुनस्त्वम् ॥ ३० ॥

भूतानि यस्मात् प्रभवन्ति गार्गि!
येनैव जीवन्ति चराचराणि ।
जातानि यस्मिन् विलयं प्रयान्ति
तद् ब्रह्म विद्धीति वदन्ति सर्वे ॥ ३१ ॥

हृत्पङ्कजे व्योम्नि यदेकरूपं
सत्यं सदानन्दमयं सुसूक्ष्मम् ।
तद् ब्रह्म निर्भासमयो गुहाया-
मिति श्रुतेश्चापि समामनन्ति ॥ ३२ ॥

अणोरणीयान् महतो महीया-
नात्मा गुहायां निहितोऽस्य जन्तोः ।
तमक्रतुं पश्य विशुद्धबुद्ध्या
प्रयाणकाले च विहीनशोका ॥ ३३ ॥

प्रभञ्जनं मूर्ध्निगतं सवह्निं
धिया समासाद्य गुरूपदेशात् ।

मूर्धानमुद्भिद्य पुनः खमध्ये
प्राणं त्यजोङ्कारमनुस्मर त्वम् ॥ ३४ ॥
ईप्सया यदि शरीरविसर्गं
ज्ञातुमिच्छ(ति ? सि) सखे ! तव वक्ष्ये ।
व्याहर प्रणवमुन्नय मूर्ध्नि
भिद्य योजय सृजात्मनि कायम् ॥ ३५ ॥
इत्येवमुक्त्वा भगवान् रहस्ये
रहस्यजं मुक्तिकरं तु तस्याः ।
योगामृतं बन्धविनाशहेतुं
समाधिमास्ते रहसि द्विजेन्द्रः ॥ ३६ ॥
सा तं सुसम्पूज्य मुनिं महान्तं
विद्यामृतं ब्रह्मविदां वरिष्ठम् ।
गीर्भिः प्रणामैश्च सतां वरिष्ठा
सदा मुदं प्राप वरां विशुद्धाम् ॥ ३७ ॥
योगं सुसंगृह्य तदा रहस्ये
रहस्यजं मुक्तिकरं तु सा च ।
संसार + + + + दा मुदान्विता
वने रहस्यावसथे विवेश ॥ ३८ ॥
येन प्रपञ्चं परिपूर्णमेतद्
येनैव विश्वं प्रतिभाति सर्वम् ।
तं वासुदेवं श्रुतिमूर्ध्नि जातं
पश्यन् समास्ते हृदि मूर्ध्नि चाहम् ॥ ३९ ॥

यद्येकमव्यक्तमनन्तमच्युतं
प्रपञ्चजन्मादिकृदप्रमेयम् ।
तं वासुदेवं श्रुतिमूर्ध्निजातं
पश्यन् समास्ते हृदि मूर्ध्नि चाहम् ॥ ४० ॥

एतत् पवित्रं परमं योगमष्टाङ्गसंयुतम् ॥ ४१ ॥
ज्ञानं पुण्यतमं गुह्यं कीर्तितं ते वरानने ।
य इदं शृणुयान्नित्यं योगाख्यानं नरोत्तमः ॥ ४२ ॥
सर्वपापविनिर्मुक्तः सम्यक् ज्ञानी भविष्यति ।
यस्त्वेतच्छ्रावयेद् विद्वान्नित्यं भक्तिसमन्वितः ॥ ४३ ॥
एकजन्मकृत पापं दिनेनैकेन नश्यति ।
शृणुयाद् यः सकृद्वापि योगाख्यानं नरोत्तमः ॥ ४४ ॥
अज्ञानजनितं पापं सर्वं तस्य प्रणश्यति ।
अनुतिष्ठन्ति ये नित्यमेतज्ज्ञानमतन्द्रिताः ॥ ४५ ॥
नित्यकर्माणि तं दृष्ट्वा देवाश्च प्रणमन्ति हि ।
तस्माद् ज्ञानेन देहान्तं नित्यकर्म यथाविधि ॥ ४६ ॥
कर्तव्यं देहिनां गार्गि ! योगञ्च भवभीरुणा ॥ ४६½ ॥

इति योगयाज्ञवल्क्ये द्वादशोऽध्यायः ॥
समाप्तमिदं योगशास्त्रम् ॥

शुभं भूयात् ।

LIST OF SANSKRIT PUBLICATIONS FOR SALE.

	RS.	AS.	P.
भक्तिमञ्जरी **Bhaktimanjari** (Stuti) by H. H. Svāti Śrī Rāma Varma Mahārāja.	1	0	0
स्यानन्दूरपुरवर्णनप्रबन्धः **Syanandurapuravarnana-prabandha** (Kāvya) by H. H. Svāti Śrī Rāma Varma Mahārāja, with the commentary Sundarī of Rājarāja Varma Koil Tampurān.	2	0	0

Trivandrum Sanskrit Series.

	RS.	AS.	P.
No. 1—दैवम् **Daiva** (Vyākaraṇa) by Deva with Puruṣakāra of Kṛṣṇalīlāśukamuni (*out of stock*).	1	0	0
No. 2—अभिनवकौस्तुभमाला-दक्षिणामूर्त्तिस्तवौ **Abhinavakaustubhamala and Daksinamurtistava** by Kṛṣṇalīlāśukamuni (*out of stock*).	0	2	0
No. 3—नलाभ्युदयः **Nalabhyudaya** (Kāvya) by Vāmana Bhaṭṭa Bāṇa (*second edition*).	0	4	0
No. 4—शिवलीलार्णवः **Sivalilarnava** (Kāvya) by Nīlakaṇṭa Dīkṣita (*out of stock*).	2	0	0
No. 5—व्यक्तिविवेकः **Vyaktiviveka** (Alaṅkāra) by Mahima-Bhaṭṭa with commentary (*out of stock*).	2	12	0
No. 6—दुर्घटवृत्तिः **Durghatavrtti** (Vyākaraṇa) by Śaraṇadeva (*out of stock*).	2	0	0
No 7—ब्रह्मतत्त्वप्रकाशिका **Brahmatattvaprakasika** (Vedānta) by Sadāśivendrasarasvatī (*out of stock*).	2	4	0
No. 8—प्रद्युम्नाभ्युदयम् **Pradyumnabhyudaya** (Nāṭaka) by Ravi Varma Bhūpa (*out of stock*).	1	0	0

	RS.	AS.	P.
No. 9—विरूपाक्षपञ्चाशिका **Virupaksapancasika** (Vedānta) by Virūpākṣanātha with the commentary of Vidyācakravartin (*out of stock*).	0	8	0
No. 10—मातङ्गलीला **Matangalila** (Gajalakṣaṇa) by Nīlakaṇṭha (*out of stock*).	0	8	0
No. 11—तपतीसंवरणम् **Tapatisamvarana** (Nāṭaka) by Kulaśekhara Varma with the commentary of Śivarāma (*out of stock*).	2	4	0
No. 12—परमार्थसारम् **Paramarthasara** (Vedānta) by Ādiśeṣa with the commentary of Rāghavānanda (*out of stock*).	0	8	0
No. 13—सुभद्राधनञ्जयम् **Subhadradhananjaya** (Nāṭaka) by Kulaśekhara Varma with the commentary of Śivarāma (*out of stock*).	2	0	0
No. 14—नीतिसारः **Nitisara** (Nīti) by Kāmandaka, with the commentary of Śankarārya (*out of stock*).	3	8	0
No. 15—स्वप्नवासवदत्तम् **Svapnavasavadatta** (Nāṭaka) by Bhāsa (*second edition*).	1	8	0
No. 16—प्रतिज्ञायौगन्धरायणम् **Pratijnayaugandharayana** (Nāṭaka) by Bhāsa (*out of stock*).	1	8	0
No. 17—पञ्चरात्रम् **Pancaratra** (Nāṭaka) by Bhāsa (*out of stock*).	1	0	0
No. 18—नारायणीयम् **Narayaniya** (Stuti) by Nārāyaṇa Bhaṭṭa with the commentary of Deśamangalavārya (*second edition*).	4	0	0
No. 19—मानमेयोदयः **Manameyodaya** (Mīmāmsā) by Nārāyaṇa Bhaṭṭa and Nārāyaṇa Paṇḍita (*out of stock*).	1	4	0
No. 20—अविमारकम् **Avimaraka** (Nāṭaka) by Bhāsa (*out of stock*).	1	8	0
No. 21—बालचरितम् **Balacarita** (Nāṭaka) by Bhāsa (*out of stock*)	1	0	0

	Rs.	As.	P.
No. 22—**मध्यमव्यायोग-दूतवाक्य-दूतघटोत्कच-कर्णभारो-रुभङ्गानि Madhyamavyayoga-Dutavakya-Dutaghatotkaca-Karnabhara and Urubhanga** (Nāṭaka) by Bhāsa (*out of stock*).	1	8	0
No. 23—**नानार्थार्णवसंक्षेपः Nanartharnavasamksepa** (Kośa) by Keśavasvāmin (Part I, 1st and 2nd Kāṇḍas). (*out of stock*).	1	12	0
No. 24—**जानकीपरिणयः Janakiparinaya** (Kāvya) by Cakra Kavi (*out of stock*).	1	0	0
No. 25—**काणादसिद्धान्तचन्द्रिका Kanadasiddhanta-candrika** (Nyāya) by Gaṅgādharasūri (*out of stock*).	0	12	0
No. 26—**अभिषेकनाटकम् Abhisekanataka** by Bhāsa (*out of stock*).	0	12	0
No. 27—**कुमारसम्भवः Kumarasambhava** (Kāvya) by Kāḷidāsa with the two commentaries, Prakāśikā of Aruṇagirinātha and Vivaraṇa of Nārāyaṇa Paṇḍita (Part I, 1st and 2nd Sargas) (*out of stock*).	1	12	0
No. 28—**वैखानसधर्मप्रश्नः Vaikhanasadharmaprasna** (Dharmasūtra) by Vikhanas (*out of stock*).	0	8	0
No. 29—**नानार्थार्णवसंक्षेपः Nanartharnavasamksepa** (Kośa) by Keśavasvāmin (Part II, 3rd Kāṇḍa) (*out of stock*).	2	4	0
No. 30—**वास्तुविद्या Vastuvidya** (Śilpa) (*out of stock*).	0	12	0
No. 31—**नानार्थार्णवसंक्षेपः Nanartharnavasamksepa** (Kośa) by Keśavasvāmin (Part III, 4th, 5th and 6th Kāṇḍas).	1	0	0
No. 32—**कुमारसम्भवः Kumarasambhava** (Kāvya) by Kālidāsa with the two commentaries, Prakāśikā of Aruṇagirinātha and Vivaraṇa of Nārāyaṇa Paṇḍita (Part II, 3rd, 4th and 5th Sargas) (*out of stock*).	2	8	0

	RS.	AS.	P.
No. 33—**वाररुचसंग्रहः Vararucasangraha** (Vyākaraṇa) with the commentary Dīpaprabhā of Nārāyaṇa (*out of stock*).	0	8	0
No. 34—**मणिदर्पणः Manidarpana** (Nyāya) by Rājacūḍāmaṇimakhin.	1	4	0
No. 35—**मणिसारः Manisara** (Nyāya) by Gopīnātha.	1	8	0
No. 36—**कुमारसम्भवः Kumarasambhava** (Kāvya) by Kāḷidāsa with the two commentaries, Prakāśikā of Aruṇagirinātha and Vivaraṇa of Nārāyaṇa Paṇḍita (Part III, 6th, 7th and 8th Sargas).	3	0	0
No. 37—**आशौचाष्टकम् Asaucastaka** (Smṛti) by Vararuci with commentary.	0	4	0
No. 38—**नामलिङ्गानुशासनम् Namalinganusasana** (Kośa) by Amarasimha with the commentary Tīkāsarvasva of Vandyaghaṭīya Sarvānanda (Part I, 1st Kāṇḍa).	2	0	0
No. 39—**चारुदत्तम् Carudatta** (Nāṭaka) by Bhāsa (*out of stock*).	0	12	0
No. 40—**अलङ्कारसूत्रम् Alankarasutra** by Rājānaka Ruyyaka with the Alaṅkārasarvasva of Mankhūka and its commentary by Samudrabandha (*second edition*).	2	8	0
No. 41—**अध्यात्मपटलम् Adhyatmapatala** (Vedānta) by Āpastamba with Vivaraṇa of Śrī Śaṅkara-Bhagavat-Pāda (*out of stock*).	0	4	0
No. 42—**प्रतिमानाटकम् Pratimanataka** by Bhāsa (*out of stock*).	1	8	0
No. 43—**नामलिङ्गानुशासनम् Namalinganusasana** (Kośa) by Amarasimha with the two commentaries, Amarakośodghāṭana of Kṣīrasvāmin and Tīkāsarvasva of Vandyaghaṭīya Sarvānanda (Part II, 2nd Kanda, 1-6 vargas).	2	8	0
No. 44—**तन्त्रशुद्धम् Tantrasuddha** by Bhaṭṭāraka Vedottama (*out of stock*).	0	4	0

	RS.	AS.	P.
No. 45—प्रपञ्चहृदयम् **Prapancahrdaya.**	1	0	0
No. 46—परिभाषावृत्तिः **Paribhasavrtti** (Vyākaraṇa) by Nīlakaṇṭa Dīkṣita.	0	8	0
No. 47—सिद्धान्तसिद्धाञ्जनम् **Siddhantasiddhanjana** (Vedānta) by Kṛṣṇānanda Sarasvatī (Part I.)	1	12	0
No. 48—सिद्धान्तसिद्धाञ्जनम् Do. Do. (Part II).	2	0	0
No. 49—गोलदीपिका **Goladipika** (Jyotiṣa) by Parameśvara.	0	4	0
No. 50—रसार्णवसुधाकरः **Rasarnavasudhakara** (Alaṅkâra) by Siṅga Bhūpāla.	3	0	0
No. 51—नामलिङ्गानुशासनम् **Namalinganusasana** (Kośa) by Amarasimha with the two commentaries, Amarakośodghāṭana of Kṣīrasvāmin and Tīkāsarvasva of Vandyaghaṭīya Sarvānanda (Part III, 2nd Kanda, 7-10 vargas).	2	0	0
No. 52—नामलिङ्गानुशासनम् **Namalinganusasana** (Kośa) by Amarasimha with the commentary Tîkâsarvasva of Vandyaghaṭîya Sarvânanda (Part IV, 3rd Kâṇḍa).	1	8	0
No. 53—शाब्दनिर्णयः **Sabdanirnaya** (Vedânta) by Prakâśâtmayatîndra.	0	12	0
No. 54—स्फोटसिद्धिन्यायविचारः **Sphotasiddhinyayavicara** (Vyâkaraṇa).	0	4	0
No. 55—मत्तविलासप्रहसनम् **Mattavilasaprahasana** (Nâṭaka) by Mahendravikramavarman. (*out of stock*).	0	8	0
No. 56—मनुष्यालयचन्द्रिका **Manusyalayacandrika** (Śilpa) (*out of stock*),	0	8	0
No. 57—रघुवीरचरितम् **Raghuviracarita** (Kâvya).	1	4	0
No. 58—सिद्धान्तसिद्धाञ्जनम् **Siddhantasiddhanjana** (Vedânta) by Kṛṣṇânanda Sarasvatî (Part III).	2	0	0

		RS.	AS.	P.
No. 59—नागानन्दम् **Nagananda** (Nâṭaka) by Harṣadeva with the commentary Vimarśinī of Śivarâma (*out of stock*).		3	4	0
No. 60—लघुस्तुतिः **Laghustuti** by Laghubhaṭṭâraka with the commentary of Râghavânanda.		0	8	0
No. 61—सिद्धान्तसिद्धाञ्जनम् **Siddhantasiddhanjana** (Vedânta) by Kṛṣṇânanda Sarasvatī (Part IV).		1	4	0
No. 62—सर्वमतसंग्रहः **Sarvamatasangraha.** (*out of stock*).		0	8	0
No. 63—किरातार्जुनीयम् **Kiratarjuniya** (Kâvya) by Bhāravî with the commentary Śabdârthadīpika of Citrabhânu (1, 2 and 3 Sargas).		2	8	0
No. 64—मेघसन्देशः **Meghasandesa** by Kâlidāsa with the commentary Pradīpa of Dakṣiṇâvartanātha.		0	12	0
No. 65—मयमतम् **Mayamata** (Śilpa) by Mayamuni (*out of stock*).		3	4	0
No. 66—महार्थमञ्जरी **Maharthamanjari** (Darśana) with the commentary Parimala of Maheśvarânanda.		2	4	0
No. 67—तन्त्रसमुच्चयः **Tantrasamuccaya** (Tantra) by Nârâyaṇa with the commentary Vimarśinī of Śaṅkara (Part I, 1–6 Paṭalās) (*out of stock*).		3	4	0
No. 68—तत्त्वप्रकाशः **Tattvaprakasa** (Āgama) by Śrī Bhojadeva with the commentary Tâtparyadīpikā of Śrī Kumāra		1	12	0
No. 69—ईशानशिवगुरुदेवपद्धतिः **Isanasivaguru-devapaddhati** (Tantra) by Īśânaśivagurudevamiśra Part I, Sâmānyapâda).		1	8	0
No. 70—आर्यमञ्जुश्रीमूलकल्पः **Aryamanjusrimula-kalpa** (Part I).		2	8	0

	RS.	AS.	P.
No. 71—तन्त्रसमुच्चयः **Tantrasamuccaya**(Tantra) by Nârâyaṇa with the commentary Vimarśinī of Śaṅkara(Part II, 7—12 Paṭalās) (*out of stock*).	3	8	0
No. 72—ईशानशिवगुरुदेवपद्धतिः **Isanasivagurudevapaddhati** (Tantra) by Īśānaśivagurudevamiśra (Part II, Mantrapāda).	4	0	0
No. 73—ईश्वरप्रतिपत्तिप्रकाशः **Isvarapratipattiprakasa** (Vedānta) by Madhusūdanasarasvatī.	0	4	0
No. 74—याज्ञवल्क्यस्मृतिः **Yajnavalkyasmrti** with the commentary Bâlakrîḍâ of Viśvarûpâcârya. (Part I — Âcâra and Vyavahâra Adhyâyās).	3	4	0
No. 75—शिल्परत्नम् **Silparatna** (Śilpa) by Śrīkumâra (Part I).	2	12	0
No. 76—आर्यमञ्जुश्रीमूलकल्पः **Aryamanjusrimulakalpa** (Part II).	3	0	0
No. 77—ईशानशिवगुरुदेवपद्धतिः **Isanasivagurudevapaddhati** (Tantra) by Īśānaśivagurudevamiśra (Part III, Kriyāpāda 1—30 Paṭalās).	3	0	0
No. 78—आश्वलायनगृह्यसूत्रम् **Asvalayanagrhyasutra** with the commentary Anāvilā of Haradattācārya.	2	6	0
No. 79—अर्थशास्त्रम् **Arthasastra** of Kauṭalya with commentary by Mahāmahopādhyāya T. Gaṇapati Śāstri (Part I, 1 & 2 Adhikaraṇās).	3	12	0
No. 80—अर्थशास्त्रम् **Do.** Do. (Part II, 3—7 Adhikaraṇās).	4	0	0
No. 81—याज्ञवल्क्यस्मृतिः **Yajnavalkyasmrti** with the commentary Bâlakrīḍa of Viśvarūpācārya (Part II. Prâyaścittâdhyâya).	2	0	0
No. 82—अर्थशास्त्रम् **Arthasastra** of Kauṭalya with commentary by Mahāmahopādhyāya T. Gaṇapati Śāstri (Part III, 8—15 Adhikaraṇās).	3	4	0

	RS.	AS.	P.
No. 83—ईशानशिवगुरुदेवपद्धतिः **Isanasivagurudevapaddhati** (Tantra) by Īśānaśivagurudevamiśra (Part IV, Kriyāpāda 31–64 Paṭalās and Yogapāda).	3	8	0
No. 84—आर्यमञ्जुश्रीमूलकल्पः **Aryamanjusrimulakalpa** (Part III).	2	0	0
No 85—विष्णुसंहिता **Visnusamhita** (Tantra).	2	8	0
No. 86—भरतचरितम् **Bharatacarita** (Kâvya) by Kṛṣṇakavi.	1	8	0
No. 87—सङ्गीतसमयसारः **Sangitasamayasara** (Saṅgīta) of Saṅgītâkara Pârśvadeva.	1	2	0
No. 88—काव्यप्रकाशः **Kavyaprakasa** (Alaṅkâra) of Mammaṭabhaṭṭa with the two commentaries the Sampradāyaprakāśinī of Śrī Vidyācakravartin and the Sâhityacûdâmaṇi of Bhaṭṭagopâla (Part I, 1–5 Ullâsās).	3	0	0
No. 89—स्फोटसिद्धिः **Sphotasiddhi** (Vyākaraṇa) by Bharatamiśra.	0	8	0
No. 90—मीमांसाश्लोकवार्त्तिकम् **Mimamsaslokavartika** with the commentary Kāśikā of Sucaritamiśra (Part I).	2	8	0
No. 91—होराशास्त्रम् **Horasastra** of Varāhamihirācārya with the Vivaraṇa of Rudra.	3	0	0
No. 92—रसोपनिषत् **Rasopanisat.**	2	0	0
No. 93—वेदान्तपरिभाषा **Vedantaparibhasa** (Vedānta) of Dharmarājādhvarīndra with the commentary Prakāśika of Peddādīkṣita.	1	8	0
No. 94—बृहद्देशी **Brihaddesi** (Saṅgīta) of Mataṅgamuni.	1	8	0
No. 95—रणदीपिका **Ranadipika** (Jyotiṣa) of Kumāragaṇaka.	0	4	0

	RS.	AS.	P.
No. 96—ऋक्संहिता Rksamhita with the Bhāṣya of Skandasvāmin and the commentary of Veṅkaṭamādhavārya (Part I, 1st Adhyāya in 1st Aṣṭaka).	1	8	0
No. 97—नारदीयमनुसंहिता Naradiyamanusamhita (Smṛti) with Bhāṣya of Bhavasvāmin.	2	0	0
No. 98—शिल्परत्नम् Silparatna (Śilpa) by Śrīkumāra. (Part II)	2	8	0
No. 99—मीमांसाश्लोकवार्त्तिकम् Mimamsasloka-vartika (Mīmāmsā) with the commentary Kāśikā of Sucaritamiśra (Part II).	2	0	0
No. 100—काव्यप्रकाशः Kavyaprakasa (Alaṅkāra) of Mammaṭabhaṭṭa with the two commentaries, Sampradāyaprakāśinī of Śrīvidyācakravartin and Sāhityacūḍāmaṇi of Bhaṭṭagopāla. (Part II, 6–10 Ullāsās).	5	0	0
No. 101—आर्यभटीयम् Aryabhatīya (Jyotiṣa) of Āryabhaṭācārya with the Bhāṣya of Nīlakaṇṭhasomasutvan (Part I. Gaṇitapāda).	2	8	0
No. 102—दत्तिलम् Dattila (Saṅgīta) of Dattilamuni.	0	4	0
No. 103—हंससन्देशः Hamsasandesa (Vedānta) with commentary.	0	8	0
No. 104—साम्बपञ्चाशिका Sambapancasika (Stuti) with commentary.	1	0	0
No. 105—निधिप्रदीपः Nidhipradipa of Siddhaśrīkaṇṭhaśambhu.	0	4	0
No. 106—प्रक्रियासर्वस्वम् Prakriyasarvasva (Vyākaraṇa) of Śrī Nārāyaṇa Bhaṭṭa with commentary (Part I.)	1	0	0

	RS.	AS.	P.
No. 107—काव्यरत्नम् **Kavyaratna** (Kāvya) of Arhaddāsa	0	12	0
No. 108—बालमार्ताण्डविजयम् **Balamartanda-vijaya** (Nāṭaka) of Devarājakavi.	1	8	0
No. 109—न्यायसारः **Nyayasara** with the commentary of Vāsudevasūri.	1	8	0
No. 110—आर्यभटीयम् **Aryabhatiya** (Jyotiṣā) of Āryabhaṭācārya with the Bhāṣya of Nīlakaṇṭhasomasutvan.(Part II. Kālakriyāpāda)	1	0	0
No. 111—हृदयप्रियः **Hridayapriya** (Vaidyaka) by Parameśvara,	3	0	0
No. 112—कुचेलोपाख्यानम् अजामिलोपाख्यानं च । **Kucelopakhyana and Ajamilo-pakhyana** (Saṅgīta) by H. H. Svāti Śrī Rāma Varma Mahārāja.	0	4	0
No. 113—सङ्गीतकृतयः **Sangitakrtis** (Gāna) of H. H. Svāti Śrī Rāma Varma Mahārāja.	1	0	0
No. 114—साहित्यमीमांसा **Sahityamimamsa** (Alaṅkāra)	1	0	0
No. 115—ऋक्संहिता **Rksamhita** (with the Bhāṣya of Skandasvāmin and the commentary of Veṅkaṭamādha-vārya) (Part II 2nd Adhyāya in Ist Aṣṭaka.)	1	8	0
No. 116—वाक्यपदीयम् **Vakyapadiya** (Vyākaraṇa) with the commentary Prakīrṇaka-prakāśa by Helarāja son of Bhūtirāja. (Part I).	1	8	0

	RS.	AS.	P.
No. 117—**सरस्वतीकण्ठाभरणम्** **Sarasvatikanta-bharana** (Vyākaraṇa) by Bhojadeva with the commentary of Śrī Nārāyaṇa Daṇḍanātha. (Part I).	1	8	0
No. 118--**बालरामभरतम्** **Balaramabharata** (Nāṭya) by Bālarāma Varma Vanci Māhāraja.	2	8	0
No. 119—**विवेकमार्ताण्डः** **Vivekamarthanda** (Vedānta) of Viśvarūpadeva	0	8	0
No. 120—**शौनकीयम्** **Saunakiya.** (Smṛti)	0	8	0
No 121—**वैखानसागमः** **Vaikhanasagama** (Tantra) of Marīci.	2	0	0
No. 122– **प्रबोधचन्द्रोदयम्** **Prabodhacandrodaya** (Nāṭaka) by Kṛṣṇamiśrayati with the commentary Nāṭakābharaṇa of Śrī Govindāmṛtabhagavān.	2	0	0
No. 123—**सङ्ग्रामविजयोदयः** **Sangramavijayodaya**(Jyotiṣa).	2	0	0
No. 124—**हरमेखला** **Haramekhala** (Vaidyaka) of Māhuka with commentary (Part I. chapters 2, 3 & 4)	1	8	0
No. 125—**कोकसन्देशः** **Kokasandesa** (Kāvya) by Viṣṇutrātā.	0	8	0
No. 126—**करणपद्धतिः** **Karanapaddhati** (Jyotiṣa).	0	4	0
No. 127—**सरस्वतीकण्ठाभरणम्** **Sarasvatikanta-bharana** (Vyākaraṇa) by Bhojadeva with the commentary of Śrī Nārāyaṇa Daṇḍanātha. (Part II).	1	8	0
No. 128—**भृङ्गसन्देशः** **Bhringasandesa** (Kāvya) by Vāsudeva.	0	6	0
No. 129—**हंससन्देशः** **Hamsasandesa** (Kāvya)	0	4	0

	RS.	AS.	P.
No. 130—**महानयप्रकाशः Mahanayaprakasa** (Vedānta) by Abhinavaguptācārya.	0	8	0
No. 131—**वृत्तवार्त्तिकम् Vrttavartika** (Chandas) by Rāmapāṇivāda.	1	8	0
No. 132—**तन्त्रोपाख्यानम् Tantropakhyana** (Kāvya)	0	6	0
No. 133—**उदयवर्मचरितम् Udayavarmacarita.**	1	0	0
No. 134—**योगयाज्ञवल्क्यम् । Yogayajnavalkya**	0	4	0

Apply to:—

The Superintendent,

Government Press,

Trivandrum.